

Despre Frică

Antologie de texte pentru un posibil curs de timerologie

Bucur Andrei-Codrin

Arad
2009

Celui care a primit de la Dumnezeu
gândul stropit
cu frică, părintelui Vasile Vlad,
dar și celor ale căror texte se
odihnesc în această
lucrare ce le aparține

CUPRINS

INTRODUCERE.....	3
CAPITOLUL I. FRICA DIN PRISMA PSIHOLOGICO-MEDICALĂ.....	6
1.1. Definiție.....	6
1.2. Emoțiile de bază și interacțiunile sociale.....	10
1.3. Caracteristici ale emoțiilor de bază. Durată și intensitate.....	12
1.4. Cauzele fricii.....	13
1.4.1. <i>Frica la Descartes (latinizat Renatus Cartesius) 1596-1650</i>	13
1.4.2. <i>Frica la Spinoza (Baruh Spinoza, latinizat Benedict Spinoza) 1632-1677.....</i>	20
1.4.3. <i>Frica în cadrul psihologiei moderne.....</i>	29
1.5. Delimitarea termenilor angoasă - anxietate.....	31
1.6. Diferite forme de manifestare ale anxietății.....	40
1.7. Dezavantajele fricii.....	50
1.8. Beneficiile fricii.....	53
CAPITOLUL II. FRICA DIN PRISMA TEOLOGICĂ.....	57
2.1. Delimitarea termenilor: frica firească - patimi (afecte) firești și nepăcătoase (ireproșabile) - frica nefirească.....	58
2.1.1. <i>Frica firească.....</i>	58
2.1.2. <i>Patimile (afectele) firești și nepăcătoase (ireproșabile). Depășirea fricii prin Iisus Hristos.....</i>	63
2.1.3. <i>Frica nefirească - patimă (afect) păcătoasă - boală a sufletului.....</i>	71
2.2. Cauzele fricii nefirești - boală a sufletului. Leacuri spre nepătimire.....	79
2.3. Delimitarea termenilor: frica de Dumnezeu - frica lui Dumnezeu.....	98
2.3.1. <i>Frica de Dumnezeu.....</i>	100
2.3.2. <i>Despre posibilele căderi din frica de Dumnezeu și din frica lui Dumnezeu.....</i>	115
2.3.3. <i>Particularități ale trecerii de la frica de Dumnezeu la frica lui Dumnezeu.....</i>	119

2.3.4. <i>Frica lui Dumnezeu</i>	129
2.4. Cauzele fricii de Dumnezeu.....	137
2.5. Roadele fricii de Dumnezeu.....	145
CONCLUZII.....	158
BIBLIOGRAFIE.....	163
ANEXE.....	169

Frica

Eu aş putea s-o omor
cu o singură lovitură
Ea râde spre mine,
ea surîde
Ea ridică spre ochii mei
ochii ei strălucitori
Ea întinde mîna spre mine,
ea scutură surîzînd, rîzînd
pletele negre.
Dar eu aş putea s-o omor
cu o singură lovitură.
Acum, ea începe să spună cuvinte
suave, naive, de joc.
Se uită curioasă la mine
se încruntă o clipă
şi iarăşi
surîde, rîde
Se uită în ochii mei,
cu ochii ei lucitori
în timp ce eu o contemplan
şi aş putea s-o omor
cu o singură lovitură

Nichita Stănescu

INTRODUCERE

Poate viața ne-ar fi mai ușoară fără frică, acest „ceva” ce pare a se alipi diferitelor situații din existența noastră și a altora. Uneori este ca un suflu de tulburare ce pare să te facă a-ți nega năzuințele, alteori este cel ce te pune în gardă și anticipează greutățile, pentru a le putea depăși liniștit. De multe ori te întrebi de unde vine, iar alteori te întrebi când o să mai plece, înfățișarea lui schimbându-se în funcție de stările sufletești și trupești. Astfel că, este cunoscut sub diferite nume ca: frică, teamă, fobie, angoasă, anxietate, pusilanimitate, spaimă, fiecare cu specializările, „meseriile” ei. Totul ar putea fi învăluit de teamă, iar alteori, și cel mai neînsemnat lucru ar scăpa temerilor, fiind astfel mai mult sau mai puțin luat în considerare. Uneori, până și un vierme ne provoacă teamă, iar problemele profunde cum ar fi moartea trupească sau sufletească, nu ne suscită frica. Frica e ca un imprevizibil care poate fi prevăzut, dar și un prevăzut ce poate fi imprevizibil. Este ca o taină ce-și ascunde realitatea acțiunilor, dar și când se revarsă, uneori impulsionează toate simțurile spre o activitate maximă. Cu cât o cunoaștem mai mult, descoperim că încă mai avem de căutat pentru a o cunoaște în întregime, lucru ce duce cu gândul că ea nu ar fi parte

constitativă al unui terestru ce se vrea epuizat științific, ci mai degrabă ar fi parte constitutivă al unui transcendent ce-și are rațiunile sale, unele justificate și prin frică.

Cunoașterea fricii a suscitat și suscită interesul oamenilor de pretutindeni, din cele mai vechi timpuri, până în zilele noastre. Astfel că, referiri la ea putem întâlni la popoarele Egiptului Antic, în cugetările grecilor și ale romanilor, în Vechiul Testament, dar și în Noul Testament, și, în zilele noastre, de la folclorul și literatura americană până în celălalt capăt al pământului, în Asia, respectiv China, și alte țări, în diferite scrieri și opere de artă, până în casele noastre, mai ales pe undele informaționale ale mass-mediei.

Fie că e socotită ca o boală ce poate fi tămăduită de tămăduitori ai fricii,¹ fie că este o pornire, o pasiune a sufletului² mai mult sau mai puțin benefică, fie că motivează într-un fel inteligența și astfel îți determină libertatea³, fie că este un dat al lui Dumnezeu, sau o urmare a căderii, ea trebuie asumată și sondată în orice domeniu ar fi posibil acest lucru.

Trebuie știut, că opiniile etico-sociale, chiar dacă nu au o raportare la un Transcendent Personal, și astfel sunt diferite de cele ale Bisericii, nu trebuie evitate, fiecare amănunt privit în lumina Dumnezeirii, putând constitui un argument în încercarea de a găsi un sens, și implicit, o semnificație a fricii.

Este clar că ea aparține inevitabil vieții noastre, din momentul nașterii, până în cel al morții - iar transfigurată, chiar și după moarte -, fiind o formă a realității ce marchează străfundurile sufletului omului, încă din primul moment al venirii sale pe lume. Iar psihologia, psihiatria, religia, filosofia sau alte științe, cu toate încercările lor de a-i găsi rădăcinile, de a o analiza în detaliu, de a o defini și de a o putea ține sub control, poate chiar de a o anula, vor constata că, cel mult, pot oferi „strategii” de a o putea suporta cât mai bine, găsindu-i elemente

¹ Octavian Paler, *Caminante. Jurnal și contrajurnal Mexican*, Editura Albatros, București, 2003, p.188.

² René Descartes, *Pasiunile sufletului*, Editura Științifică și Enciclopedică, București, 1984, p.148.

³ Constantin Noica, *Jurnal filosofic*, Editura Humanitas, București, 1990, p.48.

de care ne putem agăța cu încredere (temporar ori definitiv), folosindu-ne de ele în mod benefic, pentru o cât mai bună dezvoltare trup-minte-suflet.

Astfel că, frica apare ca o condiționare a noastră, ca realitate a condiționării noastre, în ea adunându-se întreaga noastră condiționare⁴, de ea lovindu-ne la tot pasul, chiar dacă nu suntem tot timpul conștienți de acest lucru, și chiar dacă prin diferite mijloace încercăm direct sau indirect să o evităm ori să o negăm. De ea nu vom putea scăpa vreodată, ci doar de o înțelegere și o manifestare greșită, pervertită a ei vom putea (fiind chiar necesar acest lucru), căci așa cum nu poți scăpa de realitatea iubirii sau a morții, tot așa nu te poți sustrage total realității fricii, ea neîncetând să existe chiar dacă o vom ignora. Frica va dăinui în continuare, fie că ești poet încercând să descrii realitatea variabilului și a limitatului, a absurdului și a energiei negative a vieții cotidiene, fie că ești arhitect și te străduiești să nu greșești în măsurări, fie doctor ori aviator, profesor sau elev, muncitor necalificat sau director de întreprindere, patriarh sau smerit monah pitulat în chilie, zdrobit în încercarea devenirii întru Fiintă, cu toții vom simți, mai devreme sau mai târziu, mirosul tăios al acestei stări timerice, cu intensitățile de rigoare.

Cu alte cuvinte, frica nu ține cont de moralitatea ori de specificul socio-economico-cultural ale vreunui popor, sau vreunei persoane, ea fiind prin fire adaptabilă, și mai bine zis, intrinsecă oricărei nații sau națiuni. Ea, ca natură, este aceeași, ceea ce se schimbă sunt doar accidentii timerici ale diferitelor obiecte, devenite astfel obiecte timerice, ce pot avea forme diferite, uneori chiar contrare, adaptându-se, sau altfel spus, frica adaptându-se noilor stări de fapt ale vieții, și implicit, noilor factori timerici, care, dacă altă dată puteau de pildă să fie un fulger, un tunet, sau o eclipsă de lună, astăzi, ei pot fi microbii, accidente de circulație, jafurile, dezamăgirile, singurătatea, moartea, etc. Iar cu cât vom încerca să evităm temerile prezente, cu atât vor apărea altele noi, proprii noului statut psiho-somatic pe care îl

⁴ Gabriel Liiceanu, *Despre limită*, Editura Humanitas, București, 1994, p.49.

dobândim, sau mai bine zis pe care îl înnoim mereu. Acest lucru este evident, de vreme ce frica apare totdeauna în preajma unor situații prin care nu am mai trecut, la nivelul cărora nu am ajuns încă, iar prin urmare, orice noutate, orice etapă a dezvoltării noastre, indiferent de sfera de acțiune, este însoțită inevitabil de frică, alături de farmecul noului, de plăcerea aventurii și de bucuria riscului ⁵. Iar din faptul că viața este o continuă devenire, oferindu-ne mereu întâlnirea cu noul, cu neexperimentatul, deducem că temerea este ceva ce ne însoțește pretutindeni, fie în timp, fie în spațiu.

Este un obiect demn de un studiu cât mai aprofundat, și chiar dacă în lucrarea de față nu ne-am propus o analiză „la sânge” a fricii, totuși, adoptând o analiză dublă - din prisma psihologico-medicală și cea teologică - evitând latura artei cu multiplele ei manifestări și încercând în cele două sfere ale analizei noastre să scoatem în evidență lucrurile cele mai trebuincioase vederii generale a stărilor, găsim potrivită și benefică o asemenea abordare (liminară totuși), ce deschide cu siguranță drumul unei analize mai mature.

⁵ Fritz Riemann, *Formele fundamentale ale angoasei*, Editura Trei, București, 2005, p.12.

CAPITOLUL I. FRICA DIN PRISMA PSIHOLOGICO-MEDICALĂ

Privind prin ochii medicinei și mai precis ai psihologiei, vom descoperi o numeroasă listă de termeni ce par la prima vedere aproape sinonimi, poate doar diferiți ca intensitate, unii de alții. Astfel că, încercând să definim frica, vom intra implicit și în sfera ei largă de acțiune, expunând și analizând pe parcurs și termenii adiacenți, fiecare cu cauzele și specificul lui.

1.1. Definiție

Frica este una din emoțiile de bază alături de: bucurie, surpriză, furie, tristețe, dezgust, dispreț, disperare, interes, vinovăție, rușine, dragoste. Aceste emoții sunt caracterizate de *trăiri, comportamente* și *manifestări fiziologice specifice* ⁶.

Este caracterizată de faptul că are un obiect „real”, precis: frica este frica de ceva, și există motive obiective pentru care apare ⁷.

În concepția lui Jacques Cosnier, emoțiile cumulează și reprezintă totalitatea evenimentelor sau stărilor din domeniul afectiv ce se caracterizează printr-un ansamblu de „trăiri” psihice specifice, însoțite în mod variabil ca intensitate și calitate, de manifestări fiziologice și comportamentale ⁸.

Aceste *trăiri psihice* constau în stări mentale pe care Jacques Cosnier le numește *afecte*. Unele, cu o durată limitată, rezultă dintr-o inducție evenimentțială precisă (ex: bucuria provocată de o veste bună). Acestea sunt *emoțiile de bază și derivatele lor*. Altele, mai durabile,

⁶ Jacques Cosnier, *Introducere în psihologia emoțiilor și a sentimentelor*, Editura Polirom, Iași, 2002, p.30. Vezi și fig.1 din Anexe.

⁷ *Ibidem*, pp.130-131.

⁸ *Ibidem*, p.17.

sunt legate mai mult de relații decât de evenimente; ele sunt deseori numite *sentimente* (ex: simpatia pe care i-o purtăm unui prieten).

Manifestările comportamentale diferă în funcție de natura afectului: fugă, apropiere, agresiune, exuberanță, retragere în sine, etc., fără a uita manifestările verbale care sunt o formă particulară a manifestărilor comportamentale.

Manifestările fiziologice sunt denumite *ascunse* și *vizibile*.

Manifestările fiziologice ascunse (scapă privirii): modificările funcționale neuro-endocrine, metabolice, chiar cele imunitare.

Manifestările fiziologice vizibile, manifestele (observabile): simptomele activării sistemului nervos autonom cum ar fi: accelerarea sau încetinirea ritmului cardiac, tremuratul, pielea de găină, transpirația, modificările diametrului pupilei, nevoia de a urina, uscăciunea gurii, gâtuirea esofagiană, schimbările de culoare ale tegumentelor, plânsul, râsul, etc.⁹.

Există mai mulți termeni înrudiți semantic ce pot fi câteodată înlocuiți pe nedrept, unul cu celalalt, aceștia făcând parte din categoria *stărilor timerice*:¹⁰ angoasă, anxietate, frică, teamă, spaimă, aprehensiune, neliniște, teroare, panică, etc.

Toate stările timerice menționate mai sus au în comun o trăire psihofiziologică neplăcută și se deosebesc unele de altele prin intensitatea diferită și împrejurările în care apar. Adeseori frica este echivalată cu teama, acea stare ambiguă și inerentă naturii noastre, văzută ca o pavază esențială, o garanție împotriva primejdiilor, un reflex indispensabil, permițând organismului să scape provizoriu de moarte. Supraviețuirea speciilor depinde într-o anumită măsură de frică. Dar când depășește doza suportabilă, ea devine patologică și crează blocaje. Se poate muri de frică, sau se poate rămâne cel puțin paralizat¹¹.

Frica, la fel poate fi identificată cu spaima, acel afect disociant ce nu conduce direct la o demonstrație de superioritate asupra

⁹ *Ibidem*, pp.17-18.

¹⁰ Timeric, din latinescul *timere*, „a se teme”.

¹¹ Jean Delumeau, *Frica în Occident, secolele XIV-XVIII. O cetate asediată*, vol. I, Editura Meridiane, București, 1986, p.19.

anturajului, ci care, dă în primul rând impresia frapantă a unei înfrângeri ¹².

Frica este adesea privită ca o noțiune generală, acel sâmbure ce poate rodi în diferite moduri și din împrejurări diferite.

Maupassant, o descrie ca pe o senzație atroce, o descompunere a sufletului, un spasm cumplit al gândirii, și al inimii, la a cărei simplă amintire te trec fiori de groază ¹³.

Pentru Descartes, frica este un exces de lașitate, după cum vom vedea, interesant fiind faptul că, în unele traduceri, termenul de spaimă folosit de Descartes, este înlocuit de cel de groază ¹⁴.

„Ajunge să ne gândim că dobândirea unui bine sau fuga de un rău sunt posibile pentru a fi îndemnați să le dorim. Dar când pe lângă aceasta, cercetăm dacă există multe sau puține șanse aparente de a obține ceea ce dorim, tot ce ne arată că există multe șanse, trezește în noi *speranța*, iar tot ce ne arată că există puține șanse, trezește *teama*, o varietate a acesteia fiind *gelozia*. Când *speranța* ajunge la extrem, ea își schimbă natura și devine *siguranță*, sau *asigurare*. Și, dimpotrivă, *teama* dusă la extrem devine *desperare*. *Lașitatea* este contrariul *curajului*, după cum *frica* sau *spaima* este contrariul *îndrăzelii*” ¹⁵. Observăm că filosoful francez pune *teama* în antiteză cu *speranța*, iar *frica* în antiteză cu *îndrăzneala*, dându-le astfel și definițiile.

„*Speranța* este o pornire a sufletului de a se convinge că ceea ce dorește el se va întâmpla, pornire pricinuită de o mișcare specială a spiritelor ¹⁶, și anume, la o îmbinare a mișcărilor bucuriei și ale

¹² Alfred Adler, *Cunoașterea omului*, Editura IRI, București, 1996, p.258.

¹³ G. de Maupassant, *Povestirile sitarului*, apud Jean Delumeau, *Frica în Occident, secolele XIV-XVIII. O cetate asediată*, vol. I, op. cit., p.19.

¹⁴ *Ibidem*, p.20.

¹⁵ René Descartes, *Pasiunile sufletului*, op. cit., p.90.

¹⁶ Spiritele animale sunt, după parerea lui Descartes, particulele cele mai fine ale sângelui. Prin neconținutul lor curgere de-a lungul arterelor spre creier, pentru a trece apoi în nervi, ele asigură „transportul” senzațiilor de la organele periferice de simț către creier, și al impulsurilor motorii de la creier către mușchi, furnizând astfel sufletului incitațiile necesare elaborării pasiunilor și pe de altă parte, punând în mișcare întreaga mașină corporală. Spiritele animale provin numai din sânge, iar compoziția acestora depinde strict de cea a sângelui. În ciuda denumirilor, aceste spirite nu au ceva „spiritual”, fiind dimpotrivă, „doar corpuri”, simple particule materiale, consubstanțiale cu restul organismului. Pentru o mai bună detaliere, vezi René Descartes, op. cit. pp.179-180. Multe din explicațiile cu privire la știința carteziană (și nu numai) sunt preluate din notele explicative din *Pasiunile sufletului*,

dorinței. Iar, *teama* este o altă pornire a sufletului, care îl convinge că nu se va întâmpla ceea ce dorește el. Aceste pasiuni, deși contrarii, pot fi (re)simțite concomitent: de pildă, când ne imaginăm în același timp diverse motive, dintre care unele ne fac să credem că îndeplinirea dorinței este ușoară, iar cealaltă o fac să pară că este anevoioasă” ¹⁷.

Iar *frica* nu trebuie înțeleasă numai ca o lașitate, ca o răceală, căci: „frica sau *spaima*, care este contrariul îndrăzelii, nu este numai o răceală, dar și o tulburare și o uluire a sufletului, care îi iau acestuia forța de a rezista relelor despre care crede că sunt aproape. De altfel, *frica* nu este o pasiune aparte, ci numai un exces de lașitate, de uluire și de teamă, exces, având totdeauna caracter de viciu” ¹⁸.

Iată, putem spune, o primă și subtilă delimitare a temerii de frică, prima, descrisă ca o opoziție a speranței, care dusă la extrem dă naștere desperării, iar a doua, frica (*spaima*) privită ca opusul îndrăzelii.

Pentru o clarificare a noțiunii de frică, pornim la o definiție mai detaliată, ulterior făcând și o analogie cu angoasa, acea stare de „frică” fără obiect ¹⁹, ambii termeni fiind confundați în cadrul psihologiei clasice.

Astfel că, voi apela la descrierea făcută în cadrul cărții lui Jean Delumeau, prezentare pe care o consider propice pentru o înțelegere mai bună a termenilor: „În sensul riguros și îngust al termenului, frica (individuală) ²⁰ este o emoție-șoc, adeseori precedată de surpriză, provocată de conștiința unei primejdii prezente, și imperative despre care credem că amenință conservarea noastră ²¹. Pus în stare de alertă, hipotalamusul reacționează printr-o mobilizare globală a organismului

alcătuite de Gheorghe Brătescu.

¹⁷ *Ibidem*, p.148.

¹⁸ *Ibidem*, p.153.

¹⁹ Jacques Cosnier, *Introducere în psihologia emoțiilor și a sentimentelor*, op. cit. p.131.

²⁰ Căci cea colectivă are alte conotații și premise, dat fiind faptul că, adunarea emoțiilor-șoc individuale crează reacțiile unei mulțimi în panică, sau care își eliberează brusc agresivitatea, căci comportamentele mulțimii, exagerează, complică și transformă excesele individuale, implicând în dezvoltarea lor o seamă de factori agravanți. (Jean Delumeau, *Frica în Occident, secolele XIV-XVIII. O cetate asediată*, vol. I, op. cit. pp.26-29)

²¹ Înțeleasă în sens larg, cu amenințările mari și mărunte și diferite de zi cu zi.

și declanșează diverse tipuri de comportament somatic și provoacă, în special, modificări endocrine. Ca orice emoție, frica poate cauza efecte contrastante în raport cu indivizii și circumstanțele, ba chiar reacții alternante la una și aceeași persoană: accelerarea bătăilor inimii sau încetinirea lor; o respirație prea rapidă sau prea lentă; o contracție sau o dilatație a vaselor sanguine; o hiper sau hiposecreție a glandelor; constipație sau diaree, poliurie sau anurie, un comportament de imobilizare sau exteriorizare violentă. În cazurile limită, inhibiția va merge până la o pseudoparalizie în fața primejdiei (stări catalectice), iar exteriorizarea va duce la o dezlănțuire de mișcări violente și neadaptate, caracteristice panicii. Manifestarea exterioară și în același timp experiența interioară, emoția produsă de frică eliberează, așadar, o energie neobișnuită și o difuzează în tot organismul. Această descărcare este în sine o reacție utilitară de legitimă apărare, dar pe care individul, mai ales sub efectul agresărilor repetate ale epocii noastre, nu o folosește întotdeauna cu bună știință”²².

Acum, după ce ne-am mai lămurit voi reda o comparație între frică și angoasă, pe cea de a doua urmând să o definim și să o analizăm ulterior, când vom reda altă comparație și definire de termeni, mai precis, între angoasă și anxietate și, implicit, manifestările celei din urmă.

Într-o primă vedere, frica și angosta sunt ca doi poli în jurul cărora gravitează cuvinte și fapte psihice înrudite și, în același timp, diferite, astfel că, în categoria *fricii* putem plasa pe lângă *teamă*, *spaimă*, *groază* și *teroarea*, iar în cea a *angoasei* așezăm *neliniștea*, *anxietatea*, *melancolia*. *Frica* se integrează în domeniul cunoscutului, iar *angoasa* în cel al necunoscutului. Prima are un obiect determinat căruia îi putem face față, iar a doua (angoasa) nu are, și este trăită ca o așteptare dureroasă în fața unei primejdii cu atât mai redutabilă cu cât nu e clar identificată: *este un sentiment global de insecuritate*. Este prin urmare, mai greu de suportat decât frica²³.

²² Jean Delumeau, *Frica în Occident, secolele XIV-XVIII. O cetate asediată*, vol. I ,op. cit., p.26.

²³ *Ibidem*, p.29.

După această mică delimitare a termenilor, pe care o voi relua într-un alt subcapitol într-un mod mai detaliat, voi purcede în a descrie felul în care frica, alături de alte trei emoții de bază acționează și interacționează în societate, descrierea plecând de la un studiu realizat pornind din anul 1979, și finalizat prin prezentarea în detaliu, într-o monografie intitulată *Experiencing Emotion*, publicată în 1986 de Cambridge University Press și de Maison des Sciences de l'Homme din Paris ²⁴.

1.2. Emoțiile de bază și interacțiunile sociale

Acest subcapitol are o însemnătate în ceea ce privește întrebările ce se pun în legătură cu motivele declanșării fricii, alături de alte trei emoții: bucurie, tristețe, furie, și stările comportamentale ale celor ce le trăiesc sau consecințele lor. Problema e destul de detaliată, deoarece verificarea acestor emoții și a mediului lor de formare, dar și a acțiunilor și consecințelor lor, nu poate fi realizată satisfăcător într-un laborator, spre exemplu, din pricina incapacității sistematizării depline a provocărilor acestor emoții, cât privește partea practică, iar cât privește pe cea deontologică, abordarea experimentală fiind destul de complicată.

Astfel că, problema în cauză a fost abordată folosind metoda chestionarelor, metodă pe care, grupul de cercetatori europeni, întruniți în anul 1979 sub egida Laboratorului european de psihologie socială susținut la Maison des Sciences de l'Homme din Paris, au fost de comun acord să o aplice.

După discuțiile și încercările preliminare, au fost reținute patru emoții: bucuria, tristețea, frica și furia, și a fost alcătuit un chestionar care să acopere trei domenii pentru fiecare emoție: „antecedentele”, adică situația și evenimentele declanșatoare, reacțiile avute și diversele lor aspecte mentale, verbale, nonverbale, și corporale, precum și modalitățile de control și de rezolvare ale episodului ²⁵.

²⁴ Jacques Cosnier, *Introducere în psihologia emoțiilor și a sentimentelor*, op. cit. p.37.

²⁵ *Ibidem*.

Ulterior chestionarul a fost tradus în toate limbile europene și distribuit la 780 de subiecți (persoane).

În continuare vor fi redate anumite date potrivite pentru dezideratul acestui studiu.

*Relativa raritate a marilor emoții*²⁶

Prima constatare a fost că la un același subiect (la o singură persoană) marile emoții de bază nu sunt frecvente sau, oricum, nu sunt cotidiene.

Dacă i se cere cuiva pe neașteptate să își amintească de o situație recentă în care a simțit una din cele patru emoții indicate, răspunsurile arată o mare diseminare în timp.

Astfel, în luna precedentă chestionărilor, trei sferturi dintre subiecți au simțit doar furie și bucurie, iar o treime, tristețe și frică. Nu mai mult de 10% dintre subiecți spun că au trăit o emoție deosebită în aceeași zi sau cu o zi înainte de chestionar.

*Antecedente: relațiile sociale*²⁷

De exemplu, pentru *bucurie*, antecedentele constatate cel mai des, sunt „relațiile cu prietenii, întâlnirile amicale”, „reușitele”; pentru *tristețe* sunt: „problemele cu prietenii”, „decesul persoanelor apropiate”; pentru *frică*, „incidentele din traficul rutier”, agresiunea fizică datorată unei alte persoane”, „teama de necunoscuți”; iar pentru *furie* „nerespectarea regulilor de către majoritatea celor apropiați, prieteni sau alții” și „sentimentul de a fi victima unei nedreptăți”²⁸.

În aceste diferite tipuri de situații, constatăm că întotdeauna întră în joc o necesitate, o așteptare, sau un obiect de primă importanță

²⁶ *Ibidem.*

²⁷ *Ibidem.*

²⁸ Vezi fig.2 din Anexe.

pentru subiect: ceea ce Nico Frijda (psiholog olandez) numește un „interes” (concern). Drept urmare, satisfacerea sau nesatisfacerea acestor „interese” se află la originea inducției emoționale.

Aceste interese se pot grupa în trei mari categorii: *personale, relaționale și sociale*²⁹.

Interesele personale sunt legate de integritatea fizică și de integritatea psihologică. În această categorie intră protecția sau satisfacerea corporală, satisfacerea nevoilor elementare, precum și conservarea stimei de sine și a idealului personal.

Interesele relaționale reprezintă legăturile fundamentale, familiale, amicale, amoroase ce formează baza coeziunii diferitelor grupuri sociale.

Interesele sociale se referă, în plus față de interesele relaționale precedente, la așteptările cu privire la respectarea normelor justiției și ale dispozitivelor ritualizate care perpetuează „ordinea socială”.

Conchidem astfel, că satisfacerea și protecția corporală, la fel ca și stima de sine sunt îndeosebi cauze ale bucuriei și ale fricii, în vreme ce nevoile relaționale cauzează mai ales bucurie și tristețe, iar nerespectarea normelor sociale cauzează furie³⁰.

Din analiza locurilor în care se declanșează, putem recunoaște caracterul social și relațional al majorității evenimentelor emoționale. Întâlnim aici un element fundamental legat de problema fricii, și anume că, frica apare deseori în singurătate sau în prezența unor necunoscuți, spre deosebire de celelalte emoții ce apar în contexte familiare și în prezența prietenilor, a celor apropiați sau a unor persoane cunoscute (iar uneori în cazul furiei, în prezența unor necunoscuți întâlniți din întâmplare în traficul rutier).

Descoperim astfel un caracter specific fricii și anume cel al *singurătății*. Acest caracter al singurătății, este propriu *omului însingurat*, rupt din dragostea - cea care protejează și totodată îți oferă o siguranță în fața oricărei amenințări posibile. Contextul și

²⁹ *Ibidem*, p.38.

³⁰ Despre cauzele fricii, vezi subsubcapitolele 1.4.1., 1.4.2., 1.4.3., din cadrul capitolului I al acestui studiu.

manifestările acestei singurătăți vor fi analizate mai detaliat în cadrul perspectivei teologice asupra fricii și expuse în subcapitolul 2.1.3. *Frica nefirească-patimă (afect) păcătoasă-boală a sufletului.*

Aceste analize privind interacțiunile sociale pe care le determină și în care sunt determinate aceste patru emoții, precum și descoperirile cu privire la duratele și intensitățile lor pe care le vom prezenta în cele ce urmează, vor fi de un real folos în dezvoltările analitice ulterioare ale fricii și ale elementelor cu care ea interacționează, din perspectiva teologică.

1.3. Caracteristici ale emoțiilor de bază. Durată și intensitate ³¹

Pe baza chestionarelor amintite mai sus a fost posibilă, într-o anumită măsură, analizarea și măsurarea intensității experiențelor, precum și evaluarea duratei lor. Din cele patru emoții, doar *furia* se evidențiază de celelalte printr-o *intensitate mai puternică*, poate și din cauza frecvenței mai mari și a controlului mai intens la care este supusă.

Având în vedere că durata fiecărei emoții în parte diferă destul de mult, vom înșira mai jos rezultatele obținute ce fac referire la acestea.

Frica durează de la câteva secunde până la maxim o oră, pentru că e legată de un stimul foarte precis și neașteptat, care provoacă neapărat reacții adaptative: fugă, supunere, aversiune, liniștire, ce fac ca emoția să se risipească.

Furia durează de la câteva minute până la câteva ore. Deoarece este legată de persoana sau situația care a declanșat-o, experiența emoțională descrește odată cu adaptarea subiectului sau cu evoluția situației, mai ales dacă persoana nu mai este expusă obiectului cauzal.

Bucuria durează de la o oră până la o zi, în funcție de importanța contextului social.

³¹ Jacques Cosnier, *Introducere în psihologia emoțiilor și a sentimentelor*, op. cit., p.39.

Tristețea își prelungește durata de la una la mai multe zile, având nevoie deseori de o perioadă de doliu și adaptare la noua situație relațională.

1.4. Cauzele fricii

În continuare vom enumera așa-zisele cauze, premise ale fricii, văzute în genere, încercând, pe cât se poate, și exemplificarea unor stări timerice în parte. Însă despre diferitele moduri de manifestare ale anxietății, cât și despre cauzele lor, vom vorbi detaliat într-un subcapitol viitor, ulterior faptului de a lămuri diferența dintre frică-anxietate-angoasă.

Cauzele enumerate în cele ce urmează, pe lângă cercetările din domeniul psihologiei și psihanalizei, vor decurge și din analiza unor opere filosofice de renume, mai precis *Etica* lui Spinoza și *Pasiunile sufletului* a lui Descartes, știut fiind faptul că, aceștia sunt niște precursori ai psihologiei moderne.

1.4.1. Frica la Descartes (latinizat Renatus Cartesius) 1596-1650

Vom începe prin a evidenția cauzele fricii și a temerii, din punctul de vedere al filosofului francez René Descartes, punct de vedere pe care l-am explicat în subcapitolul 1.1. din această lucrare și la care revenim.

Pentru Descartes, *teama* este o pasiune a sufletului ³² aflată în opoziție cu *speranța*, teamă, care dusă la extrem, dă naștere desperării, iar *frica* sau *spaima*, deosebită într-un fel, față de teamă, ce tinde să cadă din rândul pasiunilor (prin faptul că nu este considerată folositoare) este o „cvasipasiune” ³³ a sufletului aflată în contradicție cu *îndrăzneala*.

³² *Pasiuni ale sufletului*: percepții sau sentimente sau emoții ale sufletului ce sunt raportate în mod special la suflet, și care sunt cauzate, întreținute și întărite, printr-o anumită mișcare a *spiritelor*. (Pentru *spirite* vezi nota 16 din subcapitolul 1.1.)

³³ René Descartes, *Pasiunile sufletului*, op. cit. p.223, nota 287.

Rezultă astfel o deosebire între teamă și frică. Înainte de a trece la redefinirea celor două noțiuni și la explicarea cauzelor lor, trebuie explicată deosebirea dintre pasiunile propriu-zise ale sufletului și voințele noastre, așa-numitele emoții ale sufletului.

„*Pasiunile* se raportează în mod special la suflet, pentru a le deosebi de alte senzații, care sunt raportate unele la obiecte exterioare, cum sunt mirosurile, sunetele, culorile, altele, la corpul nostru, cum sunt: foamea, setea, durerea. Ele (*pasiunile*) sunt cauzate, întreținute și întărite printr-o anumită mișcare a spiritelor, pentru a le deosebi de *voințele noastre*, ce pot fi numite *emoții ale sufletului*, întrucât se raportează la el, dar care sunt cauzate de către el însuși”³⁴.

Deducem astfel, că *voințele noastre* (emoții ale sufletului) sunt determinate de suflet, iar pasiunile sunt cauzate de „o anumită mișcare a *spiritelor*”, adică de o anumită mișcare a „celor mai fine și mai vii particule ale sângelui, ce s-au separat de cele mai grosolane”³⁵.

Așadar, cauzele fricii, și ale temerii, sunt organice, cauzate de organism. Concluzionăm, că în concepția lui René Descartes, *pasiunile sufletului*, printre care *teama și frica* (*spaima*) au determinante organice, *spiritele animale*, și mai precis, particulele cele mai fine ale sângelui.

Recitind capitolele despre frică și teamă, din cadrul cărții lui Descartes, conchidem și notăm că: *teama* este o pasiune a sufletului care indică omului faptul că există puține șanse să obțină ceea ce dorește; care îl convinge că nu se va întâmpla ceea ce dorește. Ea este în opoziție cu *speranța*, iar dusă la extrem, devine *desperare*. O varietate a temerii este *gelozia*³⁶.

Iar *frica* sau *spaima* este „o cvasipasiune” a sufletului, contrarie îndrăzelii, o tulburare a sufletului, un exces de lașitate, având caracter de viciu, ce îi ia sufletului forța de a rezista relelor despre care crede că sunt aproape³⁷.

³⁴ *Ibidem*, p.72.

³⁵ *Ibidem* p.180.

³⁶ *Ibidem*, p.90, p.148.

³⁷ *Ibidem*, pp.153-154.

În concepția lui Descartes, *cauza principală a fricii este surpriza*, și nu există ceva mai bun pentru a ne elibera de ea, decât să facem uz de premeditare și să ne pregătim pentru toate evenimentele a căror temere o pot pricinui ³⁸. Se face astfel apel la un *discernământ temeinic*, pentru deliberarea acțiunilor viitoare, fie că le simțim în calitate de receptori, fie că le săvârșim și simțim în calitate de emițători.

Așadar, faptul de a nu fi (mereu) în expectație și cel de a nu fi conștient că oricând ești în posibilitatea de a întâlni neprevăzutul, sunt posibile cauze ale fricii, dar constatăm că ele privesc un exterior, anumite elemente exterioare nouă, ce ne pot produce frică și, deci, nu ceva intrinsec nouă, trupului și sufletului nostru.

Se poate deduce că anumite elemente exterioare sunt cauzele fricii, dar ele acționează ca niște stimulenți, care, raportați la starea noastră lăuntrică, pot să aibă sau nu efectul scontat. Fără o viciere a sufletului și, implicit, a corpului, nu putem vorbi de frică, decât ca un obiect de studiu, ce nu ne afectează. De aici urmează o înlănțuire de fraze, maxime, ce discreditează pe cel fricos, și frica însăși. Exemple: „proștii se tem de diferitele întâmplări, înțelepții le suportă” sau „unde-i teamă, este și rușine” ³⁹. Mai sunt și altele: „teama este caracteristică celor vinovați” sau „temându-te nu poți ajunge sus de tot” ⁴⁰, ori „cel ce pururea se teme, în nimic nu izbândește” ⁴¹, sau altfel spus „vitejia tinde către stele, teama către moarte” ⁴².

Dacă analizăm în detaliu definiția pasiunilor sufletului, dată de filosoful francez, reiese că aceste pasiuni fac parte din domeniul unirii sufletului cu corpul, și reprezintă astfel niște *fenomene psihologice cu substrat fiziologic*. De fapt, Descartes, departe de o analiză a propriilor trăiri sufletești, analiză bazată pe o metodă de explorare „morală” ce fusese aplicată recent de Montaigne, prin *Pasiunile sufletului* încearcă să construiască un sistem de explicații psihologice obiective, deduse

³⁸ *Ibidem*.

³⁹ *Proverbe și cugetări latine*, Editura Albatros, București, 1976, p.215.

⁴⁰ *Ibidem*, pp.216-217.

⁴¹ *Spicuri din înțelepciunea spaniolă*, Editura Albatros, București, 1976, p.341.

⁴² *Proverbe și cugetări latine, op. cit.* p.217.

din mecanisme fiziologice, cu toate că filosoful francez a intuit valoare introspecției în investigațiile psihologice ⁴³.

Astfel, Descartes afirmă în articolele I și II din cadrul tratatului său despre pasiuni, legătura dintre *pasiune* și *acțiune*, văzută ca un principiu, și nicidecum două.

„[...] și pentru a începe, voi considera că tot ce se face sau se întâmplă nou, este, în general numit de filosofi *pasiune*, în raport cu subiectul căruia i se întâmplă aceasta, și *acțiune*, în raport cu cel care face ca aceasta să se întâmple. Ca urmare, deși cel care acționează și cel care suferă sunt adesea foarte deosebiți, acțiunea și pasiunea rămân întotdeauna unul și același lucru, care are cele două nume, tocmai pentru că există doi subiecți diferiți la care acest lucru poate fi raportat”(art.I) ⁴⁴.

„Mai socot de asemenea că noi nu observăm nici un obiect care să acționeze mai direct asupra sufletului nostru decât corpul de care acesta este legat ⁴⁵ și că, prin urmare, trebuie să considerăm că ce este în suflet o *pasiune* este îndeobște în corp o *acțiune*. Ceea ce înseamnă că nu există o altă cale mai bună pentru a ajunge la cunoașterea pasiunilor noastre decât să examinăm deosebirea dintre suflet și corp, pentru a cunoaște căruia din ele trebuie să îi atribuim fiecare dintre funcțiile ce se află în noi” ⁴⁶. Cu toate că această concepție generală despre cuplul *acțiune-pasiune*, ca formă de manifestare considerată dintr-un dublu punct de vedere, a aceluiași fenomen, este împrumutată din gândirea scolastică, Descartes modifică puțin această viziune, renunțând la categoriile filosofice ce i se păreau neclare și echivoce, precum formă, materie, putere etc, întâlnite spre exemplu, în cazul iezuitului Francisco Suarez, preferând să invoce evenimentele observabile în mod curent, „tot ce se face sau se întâmplă nou” ⁴⁷.

În aceasta a constatat remanierea viziunii scolastice, căci în genere ea și-a păstrat fundamentul de la care a plecat, lucru vădit prin

⁴³ René Descartes, *Pasiunile sufletului*, op. cit., p.176.

⁴⁴ *Ibidem*, p.55.

⁴⁵ Joindre = a uni, a îmbina, a împreuna.

⁴⁶ *Ibidem*, pp.55-56.

⁴⁷ *Ibidem*, p.177.

raspunsurile din 25 iulie 1641 la obiecțiile aduse unor teorii ale sale: „Am crezut totdeauna că acțiunea și pasiunea nu sunt decât unul și același lucru, în funcție de eventuala sa raportare, fie la termenul din care pornește acțiunea, fie la acela în care aceasta se termină sau în care este primită; astfel că nu concep să existe, fie și nu mai pentru o clipită, vreo pasiune fără acțiune” ⁴⁸.

De remarcat este faptul că frica și teama nu figurează în clasificarea celor „șase pasiuni primitive”, principale, realizată de René Descartes, ci ele sunt văzute ca varietăți ale lor: „numărul pasiunilor simple și primitive nu este însă prea mare. [...] putem observa cu ușurință că nu există decât șase asemenea pasiuni, și anume: *mirarea*, *iubirea*, *ura*, *dorința*, *bucuria* și *tristețea*, toate celelalte fiind compuse din câteva din aceste șase, sau fiind varietăți ale lor” ⁴⁹. Clasificarea aceasta propusă de Descartes, este inspirată din cea a lui Toma din Aquino ⁵⁰ și a neostoicilor ⁵¹, dar iese în evidență prin particularități noi, printre care „poziția de cap de serie atribuită mirării, și rolul eminent rezervat dorinței” ⁵².

Un alt aspect important din concepția lui Descartes, îl reprezintă sediul pasiunilor sufletului, care contrar tradiției aristotelice și stoice, nu se află în inimă. Astfel, în 1641, el afirma în corectările la tezele lui Regius: „Pasiunile, în măsura în care țin de corp, își au principalul sediu în *inimă*, pentru că aceasta este principalul organ pe care ele îl modifică; dar în măsura în care afectează și sufletul, sediul lor este numai în creier, întrucât, doar prin intermediul acestuia poate fi atins nemijlocit sufletul” ⁵³. Astfel că, inimii îi revine un rol însemnat în formarea pasiunilor, dar creierul are rolul decisiv aici, deoarece sufletul resimte real pasiunile, doar atunci când realizează contactul cu

⁴⁸ *Ibidem*.

⁴⁹ *Ibidem*, p.93.

⁵⁰ Împărțită în două mari grupe, tendințe esențiale ale sufletului: I. Pofta *concupiscibilă*, sau generatoare de dorințe, etc, incluzând: iubirea, ura, dorința și aversiunea, bucuria și tristețea, iar a II-a pofta *irascibilă* sau generatoare de mânie, etc., cuprinzând: speranța și disperarea, teama și îndrăzneala, precum și mânia, care nu participă la formarea unui cuplu, neexistând o pasiune contrarie ei.

⁵¹ De la începutul secolului al XVII-lea, subliniau că pasiunile irascibilului sunt condiționate direct de cele ale concupiscibilului.

⁵² *Ibidem*, p.196.

⁵³ *Ibidem*, p.189.

creierul. Există chiar *o glandă a creierului* ⁵⁴ specializată în a mijloci cel mai bine funcțiile sufletului ⁵⁵.

Teoriile fiziologice și psihologice dezvoltate în cadrul *Tratatului despre pasiuni* se fundamentează pe recunoașterea, atât a celor două substanțe, cea spirituală și cea corporală, cât și a legăturii strânse pe care acestea o realizează în ființa omenească. În ceea ce privește procedeul concret în care sufletul se unește cu corpul, filosoful francez a evitat să ofere un răspuns precis, afirmând printre altele în *Convorbirea cu Burman* că „acest lucru este foarte greu de explicat, dar experiența este de ajuns; ea este atât de clară în cazul de față, încât nu poate fi nicidecum contestată, așa cum se vede prea bine, când este vorba de pasiuni” ⁵⁶. De altfel, se știe că René Descartes a fost un reprezentant de seamă al raționalismului în filosofia modernă. Pentru el, criteriul adevărului se află în *rațiunea* însăși, în *evidența*, claritatea și distincția *cunoștințelor* noastre. La baza metodei sale de cunoaștere, el a pus *deducția*, ce trebuie să pornească de la adevăruri clare și distincte, cunoscute nemijlocit de rațiune. Totuși, el a recunoscut și valoarea cunoașterii experimentale” ⁵⁷.

Astfel că, în strădania sa de a desființa speculațiile idealiste privind raporturile dintre suflet și corp, Descartes a încercat să elaboreze o schemă a mecanismului de articulare în om a celor două substanțe, ceea ce l-a determinat să localizeze (fie chiar conjectural) punctul lor de contact, și anume glanda pineală, sau mai nou, epifiza. Revenind la cauzele fricii, găesc necesară o mai largă lămurire cu privire la acestea, lămurire ce izvorăște din înțelegerea cauzelor principale ale pasiunilor, cauze enumerate de filosoful francez în partea a doua a tratatului despre pasiuni, în cadrul articolului L I: „Este știut, că ultima

⁵⁴ *Glanda pineală* (sau *conarionul*), este o mică formație ovalară, asemănătoare unui fruct de pin, situată în interiorul craniului, pe linia mediană, deasupra diencefalului. Până la începutul secolului nostru, funcțiile *epifizei* (numele actual al acestei formații) au rămas o mare enigmă. Se cunoaște acum că epifiza este o glandă endocrină, cu rol în frânarea dezvoltării somatice și genitale, și în determinarea bioritmului pe durata a 24 de ore. Totuși, ideea unei glande (conarionul) ce dirijează spiritele animale, din cavitățile cerebrale, aparține medicului și anatomistului Jacques Dubois zis Sylvius, și nu lui Descartes. (René Descartes *op. cit.* pp. 187-188, nota 68.)

⁵⁵ *Ibidem*, p.73.

⁵⁶ *Ibidem*, pp.177-178.

⁵⁷ *Dicționar de filosofie*, Editura Politică, București, 1978, p.190.

și cea mai apropiată cauză a pasiunilor sufletului nu este alta decât agitația prin care spiritele mișcă mica glandă aflată în mijlocul creierului (epifiza). Aceasta însă nu ajunge pentru a le putea deosebi între ele. Este necesar să le căutam originea și să le cercetăm cauzele prime. Deși pasiunile pot fi uneori cauzate de acțiunea sufletului, care se hotărăște să conceapă un obiect sau altul, dar și numai de temperamentul corpului sau de impresiile ce se întâlnesc întâmplător în creier, așa cum se întâmplă când ne simțim triști sau veseli fără să putem spune din ce motiv, reiese totuși din cele spuse mai înainte că toate pasiunile de acest fel pot fi provocate și de obiectele care mobilizează simțurile, și că aceste obiecte sunt cauzele lor cele mai obișnuite și principale. De aici urmează că, pentru a identifica toate pasiunile, este de ajuns să luăm în considerație toate efectele acestor obiecte”⁵⁸.

Deși Descartes recunoaște că unele pasiuni pot proveni din creier, ori din suflet, el atrage atenția că majoritatea pasiunilor sunt determinate de anumite cauze exterioare, ce acționează asupra organelor noastre de simț. Mai mult încă, filosoful francez e de părere că pentru o inventariere bună a pasiunilor, este necesar a se porni de la stabilirea originilor externe ale acestora, precizând care sunt obiectele din lumea înconjurătoare capabile să le provoace.

Astfel că, orice lucru capabil de a pricinui frică sau teamă este o cauză, un determinant al acestor pasiuni particulare. Această idee trebuie cumulată și cu cea despre *efectul principal al pasiunilor*, acela de „a îndemna și a predispune sufletele oamenilor să voiască lucrurile pentru care pregătesc corpurile acestora. Astfel, sentimentul de frică îl îndeamnă pe om să vrea să fugă, sentimentul de îndrăzneală îl îndeamnă să vrea să lupte, și așa mai departe”⁵⁹.

Așadar, vedem că pasiunile exprimă nevoile și dorințele corpului, dar totodată ele influențează sufletul, determinându-l să mobilizeze *voința* pentru efectuarea actelor corespunzătoare nevoilor și dorințelor corpului. Astfel, pasiunile îndeplinesc unitatea de simțire și acțiune a

⁵⁸ René Descartes, *Pasiunile sufletului*, op. cit. p.87.

⁵⁹ *Ibidem*, p.78.

sufletului și a corpului, în interesul bunei ființări a omului. În alte cuvinte, ele sunt cele care pun sufletul să lucreze pentru corp. Aici identificăm o asemănare între *pasiunile cartesiene* (cele despre care vorbește Descartes) și *instinctele*, dat fiind faptul că, pasiunile apar ca un fel de vestitori ai naturii, ele determinând sufletul să râvnească spre ceea ce natura îndeamnă.

Toate trebuie privite din perspectiva filosofului, din punctul de vedere al cartezianismului, caracterizat prin raționalism, mecanicism și dualism. De altfel, Descartes a fost unul dintre primii gânditori care au comparat sistematic corpul animalelor și chiar corpul omenesc cu mașinile, realizând astfel o critică la adresa concepției scolastice, de inspirație aristotelică, potrivit căreia întreaga activitate organică s-ar afla sub dependența directă a sufletului sau a unei întregi ierarhii de suflete, specializate în dirijarea anumitor funcții. *Organismul*, cartezianic vorbind, este un simplu automat pus în mișcare de forțe mecanice și guvernat de legile fizicii, ce poate să-și desfășoare activitățile zilnice fără vreo intervenție a sufletului ⁶⁰.

Pentru Descartes „toate felurile de gânduri care se află în noi aparțin sufletului”, iar „întreaga căldură și toate mișcările existente în noi, dat fiind că nu depind deloc de gândire, aparțin numai corpului” ⁶¹. Cu toate că trupul, lipsit de suflet în viziunea carteziană, este asemănător cu o mașină automată, astfel încercându-se, o anulare a rolului dominant pe care sufletul îl are în cadrul organismului, și deci, și în cadrul funcțiilor lui, cu toate acestea, ne este greu să consimțim opiniei filosofului francez, căci inevitabil ajungem la un impas pe care cu greu (doar acceptând adevărul) îl putem depăși: cine întoarce în permanență arcul mașinii omenești și cine menține viu principiul tuturor acțiunilor, funcțiilor trupesti? Căci după părerea lui Descartes, principiul tuturor funcțiilor corpului este acea căldură continuă, ca un foc, prezent în inima fiecărui om viu, căldură ce este întreținută acolo de sângele din vene ⁶².

⁶⁰ *Ibidem*, p.178.

⁶¹ *Ibidem*, p.56.

⁶² *Ibidem*, p.59.

O altă ecuație de care ne lovim este posibilitatea sufletului imaterial de a declanșa mecanismele corporale, materiale, reglate prin glanda pineală, mecanisme provocate prin intermediul celei mai specifice manifestări a sufletului, și anume prin *voință*, cea care exprimă capacitatea de a acționa liber a spiritului de esență divină. De fapt, nu există vreo contingentă materială care să poată influența și îndepărta voința de la fixarea și urmărirea Țelurilor ei, astfel că voința „este cea care mă face să știu că port chipul și asemanarea lui Dumnezeu” ⁶³.

În mod obișnuit, acțiunile ce dau naștere pasiunilor, deci cauzele acestora, provin din corp și din afara corpului. Avându-și în general originea în lumea materială, pasiunile nu pot fi direct influențate de către suflet în cursul elaborării lor, ci doar „strunite” de către voință, atunci când sufletul ajunge să reacționeze pe temeiul informațiilor și îndemnurilor furnizate de aceste pasiuni. Există și pasiuni născute în suflet, cum ar fi cele determinate de intuirea, contemplarea și, în general, „înțelegerea” ideilor; bineînțeles că aceste pasiuni ce își au începutul în suflet pot fi înrâurite într-un mod nemijlocit de către acesta ⁶⁴.

Astfel, voinței i se conferă un rol important în „controlarea” pasiunilor, mai precis în tehnicile propuse de filosoful francez pentru dominarea pasiunilor și, implicit, a mișcării spiritelor asupra cărora are o putere indirectă, dar dacă această putere este folosită în mod corespunzător, deci rațional, poate trece dincolo de limitele imposibilului.

Cu toate acestea, prin voință nu putem ajunge la o detașare totală de anumite pasiuni, mai ales de cele negative, nu le putem extirpa doar prin simpla încordare a voinței, această acțiune cere o întreagă tehnică de educare a omului, bazată bineînțeles pe libertatea intrinsecă omului ce dispune de puteri suverane. Vom reveni la aspectele acestei auto-educări propovăduite de către filosoful francez și vom lărgi aria informativă în capitolul cu privire la beneficiile fricii. Acum vom trece

⁶³ *Ibidem*, p.191.

⁶⁴ *Ibidem*.

la un alt filosof, de factură rațional-panteistă, din scrierile căruia încercăm să scoatem la iveală, elemente privitoare la frică, ori teamă și cauzele implicite ale acestora.

1.4.2. Frica la Spinoza (Baruh Spinoza, latinizat Benedict Spinoza) 1632-1677

Înainte de a trece la problema fricii în concepția filosofului olandez, vom face o scurtă introducere în modul lui de a vedea și a interpreta unele aspecte ale vieții, fapt determinant, atât în viziunea lui despre frică, teamă, etc., cât și în acceptarea sau negarea lor din partea noastră.

Baruh Spinoza a fost un filosof raționalist-panteist olandez. Filosofia lui oglindește avântul științelor naturii (mecanica, fizica, matematica) din secolul XVII și contribuie la fundamentarea filosofico-materialistă a acestora. Lucrarea principală a lui Spinoza este *Etica demonstrată în mod geometric* (terminată în 1675, publicată postum, trad. rom. 1929). Prin mentalitatea lui, el e de părere că în univers nu există decât o singură *substanță*, „absolut infinită”, pe care el o numește „Dumnezeu sau natură”, și care constituie „propria sa cauză” (*causa sui*)⁶⁵.

Spre deosebire de Descartes, care susținea existența unui Dumnezeu deosebit și în afara naturii, Care a creat universul, Spinoza îl identifică pe Dumnezeu cu natura, neadmițând decât existența unei singure substanțe (monism), pe care el o identifică cu natura⁶⁶.

Astfel că, filosoful olandez neagă posibilitatea unui Dumnezeu deosebit și în afara materiei, Care să o creeze din afară. El nu admite o astfel de cauzalitate „tranzitivă” (cum o numește el), ci admite doar o cauzalitate imanentă (lăuntrică): Dumnezeu este însăși natura, deci cauza imanentă, și nu tranzitivă, a tuturor lucrurilor⁶⁷.

⁶⁵ *Dicționar de filosofie, op. cit.* p.660.

⁶⁶ Benedict Spinoza, *Etica demonstrată după metoda geometrică și împărțită în cinci părți*, Editura Antet, București, p.5. Multe din explicațiile cu privire la știința lui B. Spinoza (și nu numai) sunt preluate din notele de subsol ale operei *Etica demonstrată după metoda geometrică și împărțită în cinci părți, op. cit.*

⁶⁷ *Ibidem*, p.8.

Așadar, deducem o negare din partea lui Spinoza a tezei creaționiste (că natura, *substanța*, ar fi creată), motiv datorită căruia, monismul său a fost considerat ateism ⁶⁸.

Substanța are un număr infinit de *attribute* (însușiri esențiale), dintre care omul cunoaște numai două: *întinderea și gândirea*. Lucrurile singulare, printre care și oamenii, sunt *moduri*, adică manifestări ale substanței. Materialismul implicat în concepția lui Spinoza despre substanță a fost însă, în ansamblu, metafizic; el nu a conceput mișcarea ca un atribut al substanței, și de aceea nu a putut explica trecerea de la substanța unică și imuabilă, la multiplicarea infinită a modurilor aflate în mișcare. Spinoza a combătut clar *finalismul* ⁶⁹ și a apărut *determinismul* ⁷⁰.

În teoria cunoașterii, Spinoza a continuat *raționalismul* lui Descartes, considerând cunoașterea rațională ca fiind superioară față de cea senzorială și ca singura adecvată.

Încununarea sistemului lui Spinoza o constituie etica sa, centrată pe noțiunea de *libertate*. Libertatea constă în înțelegerea *necesității*: înțelegând cu ajutorul rațiunii înlănțuirea necesară a lucrurilor, omul își mărește puterea, atât asupra naturii exterioare, cât și asupra propriilor sale afecte (pasiuni), de a căror dominație se eliberează.

După Spinoza, suprema fericire hărăzită omului este rezultatul ridicării lui pe cea mai înaltă treaptă a libertății (a înțelegerii), care îi dă sentimentul comuniunii cu natura și cu eternitatea, denumit de el „iubirea intelectuală a lui Dumnezeu” (*amor Dei intellectualis*)⁷¹.

⁶⁸ *Ibidem*, p.10.

⁶⁹ *Finalism* (lat. *finis* „scop”, concepție determinist-spiritualistă, opusă *determinismului* materialist, potrivit căreia orice fenomen sau proces obiectiv, natural sau social, reprezintă realizarea unui *scop* rațional și dinainte stabilit. Acest model de determinism conduce la postularea unui „scop suprem”, a unui „scop inițial”, a unor „cauze prime” după cum le denumea Aristotel, în raport cu care s-ar desfășura totalitatea evenimentelor din natură și societate. Un astfel de raționament teleologic antrenează gândirea pe făgașul *teologiei*, respectiv, implică postularea unei ființe conștiente, supranaturale, preexistentă universului material, în raport cu al cărei plan prestabilit se structurează orice proces obiectiv de determinare.

⁷⁰ *Determinism* - teorie a interacțiunii universale. Concepție filosofică potrivit căreia geneza și desfășurarea fenomenelor și proceselor care au loc în natură și societate, în viața materială și psihică a oamenilor sunt ordonate cauzal, se supun *necesității*, fiind guvernate de legi obiective.

⁷¹ *Dicționar de filosofie, op. cit.* p.660.

Pentru Spinoza nu există bine sau rău în sens absolut, ci numai în sens relativ, în raport cu *dorința*:⁷² noi dorim un lucru nu pentru că îl considerăm bun, ci îl considerăm bun pentru că îl dorim, și dorim lucruri pe care le socotim folositoare pentru păstrarea vieții noastre. Nimic nu este mai folositor omului decât omul care trăiește condus de rațiune⁷³. Binele suprem, în ceea ce privește *sufletul*⁷⁴, este pentru Spinoza cunoașterea lui Dumnezeu, adică a naturii, sau, cu alte cuvinte, știința⁷⁵.

După acest scurt rezumat al concepției lui Spinoza despre anumite aspecte ale naturii și a omului, vom trece la o definire a afectelor (pasiunilor) din punctul de vedere al filosofului olandez, după care ne vom ocupa de explicarea fricii și a temerii, cu diversele lor manifestări.

Spinoza consideră fenomenele psihice ca fenomene naturale (nu supranaturale), supuse unor legi ce se pot cunoaște, astfel că, el este un precursor al psihologiei științifice. În *Etica* sa afectul apare definit astfel: „Prin *afect* înțeleg modificările corpului, prin care puterea de a lucra a corpului însuși este mărită sau micșorată, ajutată sau înfrânată; la fel și ideile acestor afecțiuni”⁷⁶. Termenul de *afect* este înțeles cu sensul general de sentiment, emoție ori pasiune, cu toate că descifrăm o anumită deosebire între afect și pasiune. Totul pleacă de la *cauzele adecvate* sau *neadecvate*. O *cauza adecvată* este aceea a cărei efect poate fi perceput clar și distinct prin ea. Iar cauza al cărei efect nu poate fi cunoscut numai prin ea se numește *cauză neadecvată* sau *parțială*. Dacă, așadar, putem fi cauza adecvată a vreuneia dintre aceste modificări (cu referire la afect), atunci înțelegem prin afect o *acțiune*; altminteri, o *pasiune* (în sensul că suferim o acțiune)”⁷⁷. Cu

⁷² *Dorința* este *pofta* (însăși esența omului, din natura căreia urmează cu necesitate cele ce îi servesc conservării sale) însoțită de conștiința de sine.

⁷³ Benedict Spinoza, *Etica demonstrată după metoda geometrică și împărțită în cinci părți*, op. cit. p.39.

⁷⁴ Sufletul omenesc este însăși ideea sau cunoașterea corpului omenesc. În concepția lui Spinoza, substanța este singura realitate, ea este în același timp și corp (materie), și suflet (ideea corpului), deci și omul, ca parte sau mod al substanței, este corp și suflet, însă nu în sens dualist, ca la Descartes, ci monist, adică „sufletul și corpul sunt unul și același lucru conceput când sub atributul cugetării, când sub cel al întinderii”. Spinoza identifică astfel sufletul cu rațiunea.

⁷⁵ *Ibidem*, p.158.

⁷⁶ *Ibidem*, p.87.

⁷⁷ *Ibidem*.

alte cuvinte, acțiunile exercitate asupra substanței noastre (corp și suflet), a căror efecte nu pot fi înțelese prin ele însele și clarificate, poartă numele de *pasiuni*, iar cele cărora le înțelegem efectele prin ele însele, se numesc *afecte*, a căror cauze putem fi chiar noi, atunci, ele (afectele) purtând numele de *acțiuni*.

A afecta, afecțiune, înseamnă la Spinoza „orice stare a acestei esențe (a esenței omului), fie că este înăscută, fie că este dobândită, fie că este concepută numai sub atributul (însușire esențială) gândirii sau numai sub atributul întinderii, fie că, în fine, se referă deodată la amândouă” ⁷⁸. *Afect* înseamnă de fapt *sentiment* sau *emoție*.

Pentru Spinoza „sufletul și corpul sunt unul și același lucru, conceput când sub atributul cugetării, când sub cel al întinderii. Așa se explică faptul că ordinea sau înlanțuirea lucrurilor este aceeași, fie că natura este concepută sub un atribut, fie sub altul; prin urmare *ordinea acțiunilor și pasiunilor corpului* nostru este, de la natură, simultană cu *ordinea acțiunilor și pasiunilor sufletului*” ⁷⁹.

În ceea ce privește deosebirea dintre afect și pasiune trebuie să ținem seama de rațiune și de înțelegerea cât mai adevărată a lucrurilor. Astfel că, vom recurge la o propoziție a filosofului pentru a clarifica și mai mult acest lucru. „Acțiunile sufletului (afectele) sunt produse numai de ideile adecvate, iar pasiunile depind numai de cele neadecvate” ⁸⁰. Iar pentru Spinoza „*o idee adecvată* este o idee care, întrucât este considerată în sine, fără relație cu obiectul, are toate proprietățile sau caracterele intrinsece ale ideii adevărate” ⁸¹, adică ale ideii ce trebuie să corespundă obiectului său.

Cu alte cuvinte, *acțiunile sufletului* sau *afectele* sunt acele acțiuni conștientizate de cel care le săvârșește sau le primește, pentru simplul fapt că ele sunt produse de către idei ce corespund obiectului respectiv, adică de către idei adevărate, de către idei conștientizate, raționale, înțelese, deci, și însușite de persoana ori persoanele în

⁷⁸ *Ibidem*, p.56.

⁷⁹ *Ibidem*, p.89.

⁸⁰ *Ibidem*, p.92.

⁸¹ *Ibidem*, p.42.

cauză. Pe când *pasiunile* au efecte de neînțeles, datorită neînțelegerii ideii ce stă la baza buimăcelii persoanei ori a persoanelor respective.

Trebuie precizat că, pentru Spinoza, intelectul (ideile), sentimentele și voința sunt unul și același lucru, adică manifestări ale substanței, considerată sub atributul (însușire esențială) cugetării. Așadar, sufletul este supus cu atât mai multor pasiuni, cu cât are mai multe idei neadecvate și, dimpotrivă, el este cu atât mai activ, cu cât are mai multe idei adecvate.

O definiție mai generală a pasiunilor o găsim la sfârșitul părții a treia din *Etica* și anume: „Un afect, care se spune că este *o pasiune a sufletului*, este o idee confuză prin care sufletul afirmă o putere de a exista a corpului său, sau a unei părți a acestuia, mai mare sau mai mică decât înainte, și care, fiind dată, sufletul însuși este determinat să gândească mai mult la un lucru decât la altul”⁸².

Acum, după o încercare de introducere în definiția afectelor și a pasiunilor, putem să ne facem o prima idee despre teamă, frică și celelalte derivate pe care le vom trata, și anume că, acestea, în măsura în care dețin idei neadecvate, sunt socotite *pasiuni*, iar de conțin idei adecvate, sunt considerate *afecte*.

Pentru a începe detalierea temei despre frică, recurgem la o notă pentru propoziția XXXIX din partea a treia a *Eticii*, notă cu privire la concepția lui Spinoza despre bine și rău, de unde deducem esența temerii în genere. Spinoza înțelege prin *bun* (bine) „orice fel de bucurie; și mai mult, tot ce duce la bucurie; în primul rând, ceea ce satisface o nevoie, oricare ar fi ea”. Prin *rău* însă înțelege „orice fel de tristețe; și, în primul rând, ceea ce lasă nesatisfăcută o nevoie și crează astfel o stare de tristețe”.

Cum am arătat și în scurta introducere în concepția lui Spinoza, pentru el, omul nu dorește ceva pentru că socotește acel ceva ca bun și de aceea îl dorește, ci, dimpotrivă, socotește bun ceea ce dorește. Rezultă astfel, că la baza discernerii stă dorința, acea esență a omului însoțită de conștiința de sine. Astfel, *dorința* joacă un rol hotărâtor în

⁸² *Ibidem*, pp.139-140.

cadrul afectelor. Așadar, dacă numim bun ceea ce dorim, „numim rău tot ce ne inspiră aversiune” sau teamă chiar. „De aceea, fiecare judecă și apreciază, potrivit afectului său, ce este bun și ce este rău, ce este mai bun și ce este mai rău, și, în sfârșit, ce este foarte bun și ce este foarte rău. Astfel, avarul crede că mulțimea banilor este ceva foarte bun și că lipsa lor este ceva foarte rău. Ambițiosul râvnește mai mult decât orice gloria și, dimpotrivă, de nimic nu se teme mai mult decât de rușine. Pentru invidios, nimic nu e mai plăcut decât nefericirea altuia și nimic mai supărător decât fericirea altuia. Astfel, fiecare judecă potrivit afectului său, ce lucru e bun sau rău, folositor sau nefolositor” ⁸³. Iar aici în judecata fiecăruia, în discernământul fiecăruia, rolul hotărâtor îl are *teama*.

Teama este „afectul prin care omul este dispus în așa fel încât să nu vrea ceea ce vrea sau să vrea ceea ce nu vrea”. Astfel, teama are un rol fundamental în logica umană, în raționarea necesară „omului liber”. Teama este alarma, care declanșată pune în gardă mecanismele trebuincioase actului necesar: primirea ori refuzarea ideii bune sau rele. Teama, ca oricare alt afect, se reduce la dorință, bucurie și tristețe ⁸⁴ și poate fi de mai multe feluri, în funcție de câte obiecte există și o determină, după cum conchidem din propoziția LVI din partea a III-a: „Există atâtea feluri de bucurie, de tristețe și de dorință, precum și de afecte compuse din ele, ca șovăiala sufletească, sau care se trag din ele, ca iubirea, ura, speranța, teama, etc., de câte feluri sunt obiectele de care suntem afectați” ⁸⁵. Deducem că, în funcție de câte cauze vom avea pentru teamă, atâtea variațiuni de temeri vom întâlni, totul fiind simplu calculat în sistemul cauzalității pe care Spinoza și l-a însușit.

De asemenea, un obiect ce constituie cauza pentru o anumită afecțiune a unei persoane, poate să constituie o cauză diferită pentru o altă afecțiune a unei alte persoane, după cum rezultă din propoziția L I din partea a III-a: „Oamenii deosebiți pot fi afectați în feluri deosebite

⁸³ *Ibidem*, pp.112-113.

⁸⁴ *Ibidem*, p.126.

⁸⁵ *Ibidem*, p.123.

de unul și același obiect, iar unul și același om poate fi afectat de unul și același obiect în feluri deosebite, în timpuri deosebite”⁸⁶.

Trebuie să ținem cont că „puterea unui afect este determinată de puterea cauzei sale, deoarece esența lui se explică sau se definește prin esența cauzei sale”⁸⁷. În consecință, putem vorbi despre diferite tipuri de temeri și implicit diferite feluri de cauze pe care le vom enumera în cele ce urmează.

a) Primul afect din clasa celor timerice este *teama*. „*Teama* este tristețea⁸⁸ nestatornică născută din ideea unui lucru viitor sau trecut, de realizarea căruia ne îndoim întrucâtva”⁸⁹. Astfel, cauza temerii este *îndoiala* că un anumit *lucru viitor sau trecut* s-a realizat (lucru rău, căci „ne împiedică să ne bucurăm pe deplin de un bine oarecare”) ⁹⁰ sau se va realiza, fapt ce ne menține în stare de tristețe, căci nu ne bucurăm, dar una nestatornică, adică starea de teamă.

Cu alte cuvinte, natura temerii este tristețea, adică acea trecere a omului de la o perfecțiune mai mare la una mai mică, iar cauza ei (a temerii), este îndoiala, ceea ce dă o coloratură aparte tristeții, cea de nestatornicie. Fiind o „tristețe nestatornică”, ea a fost pusă în conexitate cu *speranța*, definită ca „bucurie nestatornică, născută din ideea unui lucru viitor sau trecut, de realizarea căruia ne îndoim întrucâtva”⁹¹.

Prin urmare, cel ce este nesigur în speranță, se teme de posibilitatea ca lucrul dorit să nu se întâmple, iar cel ce este stăpânit de teamă, se îndoiește că lucrul pe care îl urăște⁹², se va întâmpla și implicit își imaginează ceva ce înlătură existența lucrului de care se teme și drept urmare, speră că acel lucru nu se va întâmpla, bucurându-se de acest fapt. Așadar, după cum o spune chiar filosoful: „nu există speranță fără teamă, nici teamă fără speranță”⁹³.

⁸⁶ *Ibidem*, p.118.

⁸⁷ *Ibidem*, p.200.

⁸⁸ Pentru Spinoza, *tristețea* este trecerea omului de la o perfecțiune mai mare la una mai mică.

⁸⁹ *Ibidem*, p.131.

⁹⁰ *Ibidem*, p.144.

⁹¹ *Ibidem*, p.131.

⁹² Care îi provoacă tristețe.

⁹³ *Ibidem*.

b) Al doilea afect timeric descris de Spinoza este *disperarea*. „*Disperarea* este tristețea născută din ideea lucrului viitor sau trecut, a cărei cauză de îndoială a fost înlăturată” ⁹⁴. Cu alte cuvinte, disperarea este teama din care a fost îndepărtată cauza ei, și anume *îndoiala*. Astfel că, persoana în cauză nu mai ezită în a crede sau nu în realizarea acelui obiect ce îi face rău, îl întristează. Ea chiar trăiește dincolo de îndoială, în spațiul răului, al tristeții, unde speranța nu își face cunoscută prezența, ce ar putea trezi o nouă îndoială, și implicit o cale spre bucurie, spre ieșire din tristețe, și astfel din teamă. Așa cum din speranță ia naștere *siguranța*, tot așa din teamă se naște *disperarea*. Spinoza vede două moduri în care disperarea s-ar putea ivi. Acest lucru este posibil, fie că „omul își imaginează lucrul trecut sau viitor” ⁹⁵ ca fiind de față, și îl consideră ca prezent”, sau, fie că „își imaginează altele care exclud existența acelor lucruri care îi deșteptaseră îndoiala”, deci a celor ce-l făceau să spere ⁹⁶.

Prin urmare, cauza principală a disperării este *înlăturarea îndoiei* și mai precis a motivului/motivelor acestei îndoiei, această înlăturare fiind posibilă prin cele două moduri exemplificate mai sus.

c) Al treilea afect timeric este *frica*. Astfel, întâlnim ca și la Descartes o distanțare între cei doi termeni. „*Frica* este dorința de a înlătura un rău mai mare, de care ne temem, printr-unul mai mic” ⁹⁷. Mai detaliat o putem defini ca pe un *impuls* de a îndepărta un obiect ce ne întristează, și de a cărei realizare ne îndoim, menținându-ne astfel în starea de tristețe nestatornică, deci de teamă, stare pe care vrem să o „îndulcim” printr-un substitut ce ne-ar provoca o îndoială mai mare. Cu alte cuvinte, întrezărim aici o stare de speranță. Am putea spune că *frica* este dorința de a trăi cu o intensitate mai scăzută, starea de teamă pe care ți-o induce un obiect anume. Dacă va avea efectul scontat, omul va fi tot într-o stare de teamă, dar mai puțin intensă, astfel că, va simți într-o proporție mai mică tristețea nestatornică a celui cuprins de teamă. Nu înțeleg de ce filosoful nu a recurs la dorința

⁹⁴ *Ibidem*.

⁹⁵ Lucrul de care se teme.

⁹⁶ *Ibidem*.

⁹⁷ *Ibidem*, p.137.

de a înlătura cu totul răul, „de care ne temem” și s-a blocat la simpla înlocuire cu unul mai mic. În încercarea de a găsi o cauză a acestui afect, căci din definiția precedentă cauzele pot fi mai multe în funcție de oameni și obiecte, am apelat de la o notă pentru propoziția XXXIX din partea a III-a a *Eticii*, unde filosoful pare să pună un semn de egalitate între teamă și frică. După ce explică afectul de teamă, el precizează că aceasta (teama) „nu este altceva decât frica ce îl face pe om să înlătore un rău, pe care îl crede viitor, prin unul mai mic” ⁹⁸. Dar întrevădem aici nu atât o echivalare a celor doi termeni, cât o deosebire a fricii, față de teamă, prin simplul fapt că primul este doar un afect pe care cel de-al doilea îl poate lua. În rest, cauzele fricii pot fi multiple, precum sunt și obiectele ce afectează persoanele în cauză.

d) Al patrulea afect timeric este *sfiala*. „*Sfiala*” i se atribuie celui a cărui dorință este stânjenită de frica primejdiei pe care egalii săi cutează s-o înfrunte” ⁹⁹. În explicația acestei definiții, Spinoza precizează că „sfiala nu este decât teama de un rău de care cei mai mulți nu au obiceiul să se teamă”, opunându-se astfel afectului de *îndrăzneală* ¹⁰⁰. Așadar, impulsul, pofta omului, îndrăzneala lui firească (dorința) este împiedicată de o frică născută dintr-o primejdie viitoare, trecută sau prezentă, ce poate fi mărită ori micșorată de îndrăzneala altora ce nu se tem de a o înfrunta. Această incomodare a dorinței omului este provocată de frică, iar această frică este cauzată de o primejdie, aceasta devenind astfel cauză a sfielii.

Ca și în cadrul fricii, al temerii și al altor afecte, putem găsi niște cauze așa-zise „obiectiv-deductive” și verificabile științific mai ales prin metoda cauzalității, dar a găsi cauzele adevărate ce depășesc „materia ce lucrează exclusiv după legile sale” este mai dificil și solicită o căutare laborioasă și sinceră. Pentru Spinoza era simplu, el înlăturând orice „altă cauza străină de materie, adică Dumnezeu religiei” și limitând totul la aceasta, ca unică substanță privită fie sub atributul cugetării, fie sub cel al întinderii, vedea fenomenele psihice

⁹⁸ *Ibidem*, p.113.

⁹⁹ *Ibidem*, p.137.

¹⁰⁰ *Ibidem*, pp.137-138.

dezvoltându-se după legi ce sunt „pretutindeni și totdeauna aceleași”

¹⁰¹.

În consecință, întrucât Spinoza consideră, ca și Descartes, proprietățile geometrice ca fiind alcătuitoare materiei, iar afectele - simple modificări materiale -, el a socotit potrivită „inițiativa” de a le cerceta după metoda geometrică, după care cercetează toate modificările materiale.

Așadar, oricâte scuze am găsi prin diferite metode, fie ele geometrice ori filosofice, vom putea oricând lăsa acoperite destule semne de întrebare și tot atâtea răspunsuri.

e) Al cincilea afect timeric este *consternarea*. „*Consternarea* i se atribuie celui a cărui dorință de a înlătura un rău este restrânsă datorită mirării față de răul de care îi e frică” ¹⁰². Pentru a înțelege mai bine ce este consternarea, recurgem la o altă definiție dată tot de către filosoful olandez în nota propoziției XXXIX din partea a III-a a *Eticii*, unde ni se spune că „dacă dorința de a înlătura un rău viitor este stânjenită de teama altui rău, așa încât omul nu știe pe care să îl vrea mai mult, atunci frica se cheamă *consternare*; îndeosebi când ambele rele de care ne e frică sunt dintre cele mai mari” ¹⁰³. În continuarea primei definiții a consternării, Spinoza dă o explicație ce nu suferă neatenția noastră. „Deci, consternarea este un fel de *sfială*. Însă, fiindcă se naște dintr-o îndoită frică ¹⁰⁴, ea poate fi definită mai bine ca fiind *teama care îl reține în așa fel pe om uimit sau șovăitor încât el nu poate înlătura răul*. Spun *uimit*, întrucât înțeleg că dorința de a înlătura răul este înfrânată de mirare. Spun însă *șovăitor*, întrucât concepem această dorință înfrânată, de teama unui alt rău, care îl chinuie deopotrivă. De unde rezultă că el nu știe pe care din cele două rele să îl înlătore” ¹⁰⁵.

Din cele precedente, putem descifra două tipuri de consternare, unul în care persoana în cauză este șovăitoare în procesul de înlăturare

¹⁰¹ *Ibidem*, p.87.

¹⁰² *Ibidem*, p.138.

¹⁰³ *Ibidem*, p.113.

¹⁰⁴ Căci omul are în față două lucruri rele de care se teme.

¹⁰⁵ *Ibidem*, p.138.

a obiectului ce-i provoacă rău, rămânând perplexă în fața acestuia, și, deci, neacționând ca atare, și altul, în care persoana se găsește tot într-o stare de perplexitate, dar de data aceasta deoarece este pusă în fața a două lucruri rele și, implicit, în fața a două alternative din care ea (persoana) nu știe pe care să o aleagă prima, căci în orice fel ar alege, se va lovi de un alt rău.

Concluzia este că în oricare din cele două tipuri de consternare ne-am afla, soluția o găsim tot în rațiune, în încercarea de a înțelege situația în sine și de a o depăși. Cauzele acestei nedumeriri, ale acestei perplexități, pot fi diferite în funcție de obiectele ce ne afectează natura noastră. Matematic gândind, cauza consternării este *mirarea* față de obiectul ce ne întristează; dar din ce motive suntem dispuși la această mirare? Iarăși revenim la natură, după spusa lui Spinoza, și la legile imuabile ale acesteia, căci „toate lucrurile sunt necesare”. Oricum am lua-o și am așeza-o, cel puțin pentru mine, concepția lui Spinoza nu oferă răspunsuri satisfăcătoare, chiar și în unele probleme simpliste.

f) Al șaselea afect timeric este *pudoarea*. „*Pudoarea*” este frica sau teama de rușine prin care omul este oprit de a săvârși ceva urât”, iar „*rușinea* este tristețea însoțită de ideea unei acțiuni a noastre, pe care ne imaginăm că alții o condamnă” ¹⁰⁶.

Astfel, deducem ca și cauză a pudorii, *rușinea*. Dar de ce ne rușinăm? Iată o altă întrebare la care diversele obiecte (lucruri, fenomene) necesare din necesitatea legilor și a regulilor naturii, care este bună și veșnică, sunt gata să-i găsească răspuns. După această înșiruire a diferitelor stări timerice și a cauzelor lor, observăm o deosebire între ele pornind de la afectul prim, ce constituie natura lor, și anume, cel de tristețe și cel de dorință. Astfel că, le putem împărți în două categorii, una în care afectele se reduc la afectul de tristețe, unde așezăm teama, disperarea și pudoarea, și o altă categorie, în care afectele se reduc la afectul de dorință, și unde se încadrează frica, sfiala și consternarea.

¹⁰⁶ *Ibidem*, p.135.

Având în vedere această incursiune în viziunile celor doi mari gânditori, ce au deschis porțile psihologiei clasice, revenim la psihologia modernă, încercând prin prisma ei să redăm pe cât se poate, anumite cauze ale fricii, iar ulterior, după o delimitare a termenilor de angoasă și anxietate, ne vom strădui să exemplificăm și principalele lor cauze.

1.4.3. Frica în cadrul psihologiei moderne.

Deja din cuprinsul primului subcapitol ne-am putut forma mai multe idei despre frică și angoasă, idei pe care vom încerca să le actualizăm prin explicarea succintă a celor doi termeni și diferența implicită dintre ei, după care vom începe prin a le enumera cauzele.

Frica este una dintre emoțiile de bază, contrară stării de îndrăzneală, o emoție șoc, adeseori precedată de o surpriză, provocată de conștiința unei primejdii, prezente sau imperative, despre care credem că amenință conservarea noastră, în orice plan al existenței: intim, social, familial, politic etc.

De multe ori, frica este echivalată cu teama sau spaima, lucru pe care l-am detaliat în subcapitolele anterioare, implicând deosebiri terminologice specifice. Am realizat chiar o delimitare a elementelor constitutive categoriei de frică, față de cele ale categoriei de angoasă, în prima întâlnind teama, spaima, groaza și teroarea, iar în cea de a doua, neliniștea, anxietatea și melancolia. În definirea laconică a deosebirii principale a termenilor de frică și angoasă, am arătat că prima este caracterizată de faptul că are un obiect „real”, precis, fiind astfel, o frică de ceva, existând astfel motive obiective pentru care ea apare. La polul opus *angoasa* este o stare de „frică”, fără obiect, o așteptare dureroasă în fața unei primejdii cu atât mai intensă cu cât primejdia nu este identificată. Prin urmare, frica este încadrată în domeniul cunoscutului, pe când angoasa se situează în cel al necunoscutului. Pentru a stabili cauzele fricii, vom reveni la amănuntele cuprinse în subcapitolul 1.2. Emoțiile de bază și interacțiunile sociale, unde pe baza unor chestionare s-a tratat

problema interacționării sociale a patru emoții de bază: bucuria, tristețea, frica și furia. S-au constatat anumite „zone” de manifestare sau situații motivaționale ale fricii, și anume, cu precădere cea a incidentelor din traficul rutier, cea a agresiunii fizice datorate unei alte persoane și a temerii de necunoscuți. S-a observat astfel că în diferitele feluri de situații, întotdeauna, intra în joc *o necesitate, o așteptare sau un obiectiv de primă importanță* pentru fiecare persoană chestionată. Iar Frijda a găsit pentru toate acestea o noțiune la care le poate reduce, și anume, noțiunea de „interes” (concern). În consecință, *la originea acestor emoții de bază și implicit la originea fricii se află satisfacerea sau nesatisfacerea acestor interese*. Așadar, aceste satisfaceri ori nesatisfaceri ale „intereselor” în cauză, sunt cauzele fricii și, implicit, a celorlalte emoții. Numai că, fiecare emoție are „interesele” ei proprii. Și am precizat în capitolul respectiv de gruparea „intereselor” în trei mari categorii, cea a intereselor personale, cea a celor relaționale și cea a intereselor sociale ¹⁰⁷. Conform rezultatului chestionarelor, exemplificat și printr-o figură grafică, un tabel reprezentând contextul social al emoțiilor ¹⁰⁸, s-a ajuns la concluzia că frica are ca determinant satisfacerea mai cu seamă a intereselor personale. Interesele personale sunt legate de integritatea fizică și cea psihologică. Pe lângă satisfacerea nevoilor elementare și conservarea idealului personal cuprinse în această categorie, cauzele hotărâtoare au fost *satisfacerea și protecția corporală* și de asemenea *conservarea stimei de sine*. Acestea două adăugate la cele legate de nevoile relaționale servesc drept cauză *bucuriei*. În legătură cu locurile, zonele unde aceste patru emoții se declanșează, întâlnim o detașare vădită a fricii de celelalte emoții. Spre deosebire de celelalte trei emoții, ce apar în contexte familiale și în prezența prietenilor, a celor apropiați sau a unor persoane cunoscute, iar uneori, în cazul furiei în prezența unor necunoscuți întâlniți din întâmplare în traficul rutier, *frica* apare deseori în *singurătate* sau în *prezența unor necunoscuți*.

¹⁰⁷ Prezentarea conținuturilor celor trei categorii de interese le găsiți în capitolul 1.2. Emoțiile de bază și interacțiunile sociale.

¹⁰⁸ Vezi fig.2 din Anexe.

Constatăm așadar că, frica, ca și alte emoții, are nevoie de un factor sau mai mulți factori declanșatori; fie că aceștia constau în satisfacerea sau nesatisfacerea obiectivelor de primă importanță a „intereselor”, mai cu seamă cele *personale*, fie că necesită o zonă de manifestare, de preferință un loc retras, izolat, sau un loc în care persoana în cauză se află în prezența unor necunoscuți, totuși, cauzele enumerate mai sus pot să difere de la persoană la persoană, fie ca durată, fie în funcție de intensitatea cu care se manifestă față de subiect, și astfel frica va avea durate și intensități diferite. Trebuie să luăm în calcul și faptul că unii oameni, cu toate că rămân preocupați de propria persoană, nu rămân indiferenți în fața pericolului ce ar putea surveni în existența celor apropiați ai lor: copii, părinți, soți, soții, prieteni etc. Extrapolând spre zona intereselor sociale nu putem ignora virtualitatea fricii în această zonă. Astfel că, un tată cu greu va putea rămâne impasibil în așteptarea sentinței ce se pregătește a fi pronunțată, și care, a fost luată în favoarea sau defavoarea fiului/fiilor săi. Așadar, ochii noștri pot migra de sus în jos și viceversa în fața enumerării în scris a celor trei categorii de cauze emoționale.

1.5. Delimitarea termenilor angoasă - anxietate

În acest capitol vom încerca o definire a celor doi termeni apropiați ca sens, iar pe urmă vom enumera diferitele moduri în care anxietatea se poate manifesta, și astfel poate fi cunoscută. Din studiul lui Jacques Cosnier ¹⁰⁹, cu privire la *frică*, s-a observat clar caracterul de emoție-șoc al fricii față de unul sau mai multe cauze obiective, și astfel frica a fost integrată în domeniul cunoscutului: mi-e frică de ceva anume pe care îl știu că mă „amenință”. Dar această frică poate fi anticipată dacă nu este vorba de motive reale prezente, ci ele se întrevăd, tot la fel de real în viitor. Atunci putem vorbi de *teamă* și *aprehensiune*.

La polul opus, *angoasa* era definită ca o stare de frică, dar fără obiect, unde subiectul în cauză stă timorat în absența unei primejdii ori

¹⁰⁹ Jacques Cosnier, *Introducere în psihologia emoțiilor și a sentimentelor*, op. cit.

a unui pretext, așteptând în suferință apariția în lumină a cauzelor obiective care dau impresia că nu doresc să apară.

Pornind și de la aserțiunile cuprinse în lucrarea lui Jean Delumeau¹¹⁰, am realizat o delimitare între cei doi termeni, ridicându-i la rangul de categorii aparte, fiecare cuprinzând variațiile sale specifice. Așadar, din *grupul stărilor de frică* fac parte teama, spaima, groaza și teroarea, iar judecând după afirmațiile lui Jacques Cosnier, și aprehensiunea, iar din *grupul stărilor de angoasă*, neliniștea, anxietatea și melancolia.

Observăm așadar că, anxietatea este un element constitutiv categoriei stărilor de angoasă, având rădăcini comune. Sunt dese confuziile ce apar între diferiții termeni timerici, între neliniște și anxietate, spaimă și angoasă, dar mai mult însă, între anxietate și angoasă. Până și Freud echivala semantic cei doi termeni, cuvântul „anxios” folosindu-se deseori ca adjectivul corespunzător „angoasei”. Este posibil ca această echivalență inexactă să fie rezultatul unor traduceri deficitare, ținând cont că, în engleză, *angst* (angoasă) se tâlmăcește prin *anxiety*, fără îndoială, fiindcă nu există o altă vocabulă¹¹¹.

„Aproximarea semantică banală ori savantă rămâne regretabilă: ea se repercutează asupra normalității stărilor timerice: e firesc să încerci neliniște, teamă, spaimă. Dar anxietate? Dar angoasă? Și dacă e firesc și în ceea ce le privește, atunci care sunt anxietatea normală și anxietatea anormală, angoasa normală și angoasa anormală? Adesea angoasa este tratată ca și când ar fi unică și ar conține chiar anumite anxietăți. Când se abordează eventuala semnificație filosofică a angoasei, confuzia ajunge aproape totală. Ea este cu adevărat totală la numeroșii scriitori care, de pildă, numesc „angoasă” teama de a ajunge undeva cu întârziere”¹¹².

Fiind în consens cu părerile lui Andre Le Gall, nu dorim să ignorăm confuziile respective, dar cu toate acestea nu vom porni la un rezumat al cărții dânsului, considerându-l de prisos lucrării de față, dar și

¹¹⁰ Jean Delumeau, *Frica în Occident. Secolele XIV-XVIII. O cetate asediată*, op. cit.

¹¹¹ Andre Le Gall, *Anxietate și angoasă*, Editura Marineasa, Timișoara, 1995, pp.6-7.

¹¹² *Ibidem*, p.7.

datorită perplexității în care ne aflăm analizând lucrarea dânsului, constatând cu stupeoare întinderea cadrului anxietății și în sfera fricii, lucru pe care nu îl putem accepta. Cu toate că studiul lui merită atenția noastră, căci explică într-un mod aproape exhaustiv stările de anxietate și angoasă, ne eschivăm în spatele propriei noastre ignoranțe, dar revenim la concluziile lui Jacques Cosnier ce ni se par mai potrivite analizei noastre, și mai clare, înlesnind înțelegerea termenilor.

În urma cercetării lucrării lui Jacques Cosnier, reiese că, *anxietatea și neliniștea* nu se deosebesc de angoasă decât prin intensitate, acestea având o intensitate mai mică. Din prisma specialiștilor, cei doi termeni se diferențiază fie prin *intensitate*, angoasa fiind o formă de anxietate majoră, fie prin *caracterul somatic* al lor, angoasa fiind somatică, cu simptome vegetative evidente, în vreme ce anxietatea este în primul rând psihică ¹¹³. În privința acestui fapt, Dr. Marcel Eck stabilește cu justete criteriul somatic ce separă anxietatea de angoasa. „Angoasa se distinge de anxietate, adesea prin predominanța, totdeauna prin participarea unui element somatic. Angoasa este caracterizată printr-o impresie de constricție toracică, de torsiune epigastică sau abdominală, de gâtlej strangulat (faringe: subiectul nu mai poate înghiți; laringe: subiectul nu mai poate vorbi). Senzație indefinisabilă, care cuprinde șalele, coboară până spre pulpe. Amortirea picioarelor: subiectul nu mai poate înainta; fuga sau măcar gândul fugii sunt imposibile. Un vâl negru în fața ochilor, totul se amestecă; sunetele sau nu mai sunt percepute, sau sunt deformate; tâmplele pulsează zgomotos. Sudoarea curge de peste tot” ¹¹⁴.

Dar stări somatice cum ar fi găfâielile ori transpirațiile neprevăzute, pot fi întâlnite și în cazul anxietății, al neliniștii or al banalei temeri. „Diferența este că fenomenele somatice ale accesului de angoasă, chiar minor, au întotdeauna o alură explozivă, un aspect de ruptură, o marcă dramatică, o impresionantă valoare de excepție, ceea ce nu se întâmplă în asudările banale ale simplei anxietăți” ¹¹⁵. Rezultă

¹¹³ Jacques Cosnier, *Introducere în psihologia emoțiilor și a sentimentelor*, op. cit., p.131.

¹¹⁴ Andre Le Gall, *Anxietate și angoasă*, op. cit., p.13.

¹¹⁵ *Ibidem*.

astfel, că angoasa și anxietatea sunt aproape sinonime, *angoasa fiind o formă de anxietate majoră*, iar *anxietatea o formă de angoasă minoră*.

Ne întoarcem la neînțelegerea iscată deslușind în paginile studiului lui Andre Le Gall, întrepătrunderea celor două sfere proprii, una fricii și alta anxietății, și constatăm, statorniciți și de citirea altor lucrări de specialitate, că acest fapt s-a produs pe fondul unei înțelegeri diferite (poate) a lor, față de înțelegerea noastră asupra cuvintelor „frica de necunoscut”. Se pare că, a-ți fie frică de cunoscut implică și un obiect precis cu care trebuie să luăm contact, acțiune a cărei final, relativ deocamdată, ne macină. Această așteptare a finalizării acțiunii propuse de noi sau pur și simplu necesare, ori întâmplătoare, dar conștientă, ce include un obiect anume, poate fi încadrată în cadrul anxietății, și implicit al angoasei. Dacă pentru Andre Le Gall „frica nu este decât un alt nume pentru neliniștea bine fondată” ¹¹⁶, noi, totuși, revenim la afirmația lui Freud: „angoasa (...) are drept caractere inerente indeterminarea și absența obiectului; în utilizarea corectă a limbii, chiar numele i se schimbă, când ea găsește un obiect: este înlocuit prin acela de frică” ¹¹⁷.

Fară să dorim a fi răutăcioși, îndemnăm pe cei dornici de o lectură pe cât se poate de prolixă pe atât de bine gândită și fundamentată, să acceseze paginile lucrării domnului Le Gall, lucrare ce o considerăm inovatoare în domeniul ei, dar nu consimțim deocamdată (poate într-un viitor studiu mai aprofundat) anumitor afirmații cuprinse în ea.

Din acea înțelegere diferită a „fricii fără obiect”, a „fricii de necunoscut”, în spațiul anxietății și al angoasei au fost introduse diverse tulburări proprii diferitelor stări timerice banale, cum sunt așa-numitele „expresii particulare ale angoasei” ¹¹⁸, și anume fobiile, care, au un obiect determinant precis. Iar *fobia*, potrivit lui Jacques Cosnier, este „o teamă irațională vizavi de un obiect, o activitate sau o situație, și se traduce prin comportamente de evitare care le permit celor în cauză să scape de o stare de *angoasă insuportabilă*. Subiecții fobiilor

¹¹⁶ *Ibidem*, p.53.

¹¹⁷ *Ibidem*, p.52.

¹¹⁸ *Ibidem*, p.105.

sunt perfect conștienți de caracterul illogic al fricii lor și de natura *obiectelor ce inspiră fobiile respective*. Știu și cum să le evite, iar uneori în acest scop recurg la un „obiect contrafobic” (o persoană cunoscută) a cărei prezență îi liniștește” ¹¹⁹. Întâlnim și în descrierea domnului Cosnier o teamă de ceva, dar trăită somatic ca o angoasă, de unde deducem că teama de un „obiect fobic/stimul fobic”, care pentru alții pare nejustificată, deci irațională (căci ceilalți nu găsesc pericolul în situațiile/obiectele respective față de care cei în cauză se tem) ar duce cu gândul că acei oameni se tem de nimic, rezultând astfel o frică fără obiect. Dar atâta timp cât ei se tem de ceva, chiar dacă nu știu din ce cauză, frica respectivă este o frică de ceva real, de un lucru evident.

Pentru această nedumerire am găsit un răspuns la Freud, pe care îl vom exemplifica, dar nu înainte de a face o scurtă prezentare a determinantelor și aspectelor stărilor de anxietate - angoasă, ce diferă din mai multe puncte de vedere.

Din punct de vedere temporal ¹²⁰

Se constată existența unor manifestări *acute*, precum și existența unor manifestări *permanente sau aproape permanente*.

Manifestările acute, „impulsurile” și „bufeurile” anxioase denumite astăzi *tulburări* sau *atacuri de panică* sunt descrise în DSM III R ¹²¹ în felul următor:

Atacurile nu survin în împrejurări ce implică eforturi fizice importante sau un risc vital și nu sunt declanșate exclusiv de expunerea la un stimul aversiv (fobogen) determinat.

Atacurile se manifestă prin perioade bine delimitate de teamă sau de frică ¹²², și prezintă cel puțin patru dintre simptomele următoare în cursul fiecărui atac:

- Dificultăți respiratorii
- Palpitații

¹¹⁹ Jacques Cosnier, *Introducere în psihologia emoțiilor și a sentimentelor*, op. cit., p.133.

¹²⁰ *Ibidem*, pp.131-133.

¹²¹ DSM III este un repertoriu descriptiv de origine americană al simptomelor psihiatrice utilizat pentru stabilirea diagnosticelor.

¹²² Trebuie remarcat faptul că, aici, „teamă” sau „frică” sunt folosite în sensul de „anxietate” sau „angoasă”.

- Dureri sau jenă toracică
- Senzație de sufocare sau gâtuire
- Amețeli, vertijuri, senzații de instabilitate
- Senzații de ireal
- Paretezii
- Bufeuri de caldură sau frig
- Transpirație
- Senzații de leșin
- Frica de a muri, de a înnebuni, de a comite un act necontrolat în timpul atacului.

Nu sunt cauzate de o tulburare fizică sau de vreo altă tulburare mentală de tip depresiv, somatic sau schizofrenic.

Manifestările permanente sau aproape permanente sunt descrise în DSM III sub titlul *anxietate generalizată*, care prezintă criteriile următoare. Cel puțin trei dintre categoriile următoare sunt reunite:

- *tensiune motorie*: scuturături, zguduirii sau tresăriri musculare, tremurat, tensiune, dureri musculare, oboseală, incapacitate de detensionare, clipit necontrolat al pleoapelor, sprâncene încruntate, față crispată, febrilitate, tresăriri;

- *tulburări neurovegetative*: transpirație, palpitații, tahicardie, mâini reci și umede, gură uscată, amețeli, cap gol, paretezii, greață, bufeuri de căldură sau frig, nevoia de a urina, diaree, senzație de gol în stomac, nod în gât, accese de roșeață și/sau de paliditate, puls și respirație rapidă sau înceată;

- *așteptare temătoare*: anxietate, neliniște, rumegarea și anticiparea unor nenorociri ce li s-ar putea întâmpla lor sau celorlalți;

- *explorare foarte vigilentă a mediului în care se află*: atenție exagerată care conduce la neluare-aminte, dificultăți de concentrare, insomnie, senzație de „sfârșeală”, iritabilitate, nerăbdare.

Promițându-vă o diagnoză în cadrul neînțelegerii precedente, pornim cu precizarea că atacurile de panică și tremuratul anxios din anxietatea generalizată sunt elemente constitutive a ceea ce clinicienii numesc „nevroză anxioasă” descrisă de Freud încă din 1895, care se

manifestă prin excitabilitate generală, așteptare anxioasă, accese de angosă acută și tulburări neurovegetative funcționale cardiorespiratorii și digestive. Foarte aproape se situează „nevrozele fobice”¹²³ a căror definiție generală am expus-o mai sus.

„Trebuie subliniat faptul că *angoasa* este un afect (o emoție) potențial prezent în aproape toată patologia mentală, cu forme și intensități variabile. *Numai combinarea cu alte manifestări permite să se stabilească diagnostice diferențiate precise*”¹²⁴. Începem să înțelegem de ce Andre Le Gall, numește fobiile drept „expresii particulare ale angoselor”. Și analizând în continuare studiul lui Jacques Cosnier, vom înțelege mai bine atașarea „obiectului precis” în spațiul anxietății și implicit al angoselor.

„În cazul oricărei nevrose, și nu numai pentru nevroza anxioasă sau cele fobice, apare măcar în anumite momente, anxietatea. Momentele respective crează starea de disconfort, și îl determină pe subiect să ceară ajutor terapeutic. [...] În momentul în care a inventat psihanaliza, prin îngrijirea istericilor, folosind metode derivate din hipnoză, Freud a ajuns să considere că pacienții săi suferă de un blocaj al libidoului sexual, cu o tensionare a libidoului și *două ieșiri posibile*: fie are loc o *descărcare* odată cu reamintirea scenelor traumatice ce se găsesc la originea blocajului, printr-o reviviscență a afectelor (iar prin acest *catharsis* angosă dispăre), fie are loc *transformarea* în angosă. Prin urmare, din această primă perspectivă, *angoasa* era o transformare a afectelor ce însoțesc reprezentarea refulărilor nedorite. Tipul de angosă care nu prezintă posibilitatea de descărcare este „nevroza anxioasă”, descrisă mai sus.

Câțiva ani mai târziu, odată cu evoluția experienței sale clinice și a teoriei psihanalitice, Freud a descris și alte mecanisme. Angosă, un afect liber, ar putea fi deplasată și fixată pe o reprezentare mai suportabilă decât reprezentarea inițială refulată. Este cazul *fobiilor* în care angosă a găsit un obiect inductor precis (situație, obiect,

¹²³ Jacques Cosnier, *Introducere în psihologia emoțiilor și a sentimentelor*, op. cit., p.133.

¹²⁴ *Ibidem*, p.134.

personaj) și poate fi evitată datorită unor comportamente corespunzătoare. Așadar, angoasa poate urma refulării și îmbrăca valoarea unui semnal ce permite evitarea situației periculoase”¹²⁵.

Așa explică Sigmund Freud trecerea aceasta de la frica fără obiect la cea cu obiect, dar manifestată somatic, ca cea din prima categorie. Sau cum ar spune Fritz Riemann: „avem tendința de a atașa angoasele neelaborate, nestăpânite la obiecte substitutive mai inofensive, mai ușor de evitat decât adevăratul declanșator al angoasei, pe care nu îl putem evita”¹²⁶. Dar totul pornește aici de la concepția lui Freud despre libidou și elementele refulate și defulate (unde mai luăm în calcul ereditatea și mediul înconjurător), iar motivul pentru care unele dintre aceste elemente constituie cauzele anxietăților sau angoaselor aparține domeniului psihanalizei, ea dovedind numeroase elemente „declanșatoare” în funcție de fiecare persoană în parte.

Este de știut că, pentru fiecare tip de angoasă există cauze diferite ori asemănătoare depinzând în mare parte de zestrea noastră genetică și de condițiile de mediu în care ne-am născut și ne-am dezvoltat, copilăria având un cuvând decisiv în această privință, a *istoriei angoaselor*. Angloasele¹²⁷ mai depind și de constituția noastră somatică și psihică (sufletească), cât și de devenirea noastră în istorie, dar și de cea în *metaistorie*, de cea spirituală.

Pe lângă acestea, psihoterapeutul și psihanalistul Fritz Riemann e de părere că la baza fiecărui tip de angoasă¹²⁸ stă câte „o formă de bază a angoasei”, în totalitate, patru forme: angoasa de autodăruire, angoasa de individualizare, angoasa de schimbare și angoasa de necesitate. Toate aceste patru forme de bază ale angoasei țin de poziția noastră în lume, de faptul de a fi determinați de două mari antinomii, în a căror contrarietate ireconciliabilă ne aflăm¹²⁹. Acestor două mari antinomii le corespund cele patru impulsuri fundamentale ce aparțin ființei noastre, impulsuri ce se completează și se contrazic reciproc:

¹²⁵ *Ibidem*.

¹²⁶ Fritz Riemann, *Formele fundamentale ale angoasei*, op. cit., p.13.

¹²⁷ Dar și anxietățile, temerile, fobiile.

¹²⁸ Diferitelor temeri, anxietăți.

¹²⁹ Fritz Riemann, *Formele fundamentale ale angoasei*, op. cit., p.13.

tendința spre autorealizare, autoafirmare și diferențiere, cu tendința contrară spre autodăruire, uitare de sine și participare (prima antinomie), și, pe de altă parte, tendința spre durată și siguranță cu tendința contrară spre schimbare și risc (a doua antinomie) ¹³⁰. Trebuie reținut că, Fritz Riemann tratează (în această lucrare) angoasele ca niște frici, ca temeri și nu în sensul stabilit și definit mai sus, de aceea concluziile dânsului aduc o nouă culoare lucrării de față. Pentru o înțelegere mai limpede, în continuare vom prezenta cerințele/nevoile intrinseci nouă, care constituie punctul de plecare necesar fiecărei forme de bază a angoasei.

1) *Angoasa de autodăruire*, trăită ca pierdere a Eului și dependență.

Cerințe. Aici vorbim despre nevoia omului de a deveni o *persoană irepetabilă*, care-și afirmă caracterul autonom și se delimitează de alte persoane, de a fi inconfundabil, de a nu fi un om de masă, interschimbabil. „Odată cu aceasta vine însă și toată angoasa care ne amenință atunci când ne deosebim de alții, ieșind astfel din confortul apartenenței și comunității, ceea ce ar însemna singuratate și izolare. Indiferent de măsura în care, datorită rasei, familiei și poporului, grupei de vârstă și sexului, credinței sau profesiei noastre, fiecare dintre noi aparține anumitor grupuri, cu care se simte înrudit și familiar, el este în același timp un individ ¹³¹, ceva irepetabil, deosebit de toți ceilalți oameni. [...] Astfel, existența noastră seamănă cu o piramidă, a cărei bază este constituită din elemente tipice și comune, dar care spre vârf se desprinde din ce în ce mai mult de aspectele comune unificatoare și se termină cu un individ irepetabil. Odată cu admiterea și dezvoltarea caracterului nostru unic, cu procesul de individuație, cum a fost numit de C. G. Jung acest proces de evoluție, ieșim din confortul apartenenței, al lui „a-fi-ca-și-ceilalți” și trăim cu angoasă singuratatea individului. Cu cât ne deosebim mai mult de alții, cu atât devenim mai singuri și suntem astfel expuși nesiguranței,

¹³⁰ *Ibidem*, p.19.

¹³¹ Personal, prefer termenul de *persoană*.

neînțelegerii, respingerii și combaterii din partea celorlalți. Dar, pe de altă parte, dacă nu ne asumăm riscul de a deveni indivizi autonomi vom rămâne prea mult blocați în colectiv, în tipic și vom rămâne datori cu ceva decisiv valorii noastre umane”¹³².

2) *Angoasa de individualizare (de a deveni tu însuți)*, trăită ca pierdere a protecției și izolare.

Cerințe. O altă nevoie de bază a noastră este „aceea de a ne deschide cu încredere lumii, vieții și semenilor noștri, a ne lăsa în voia a ceea ce nu ține de propriul Eu, a ceea ce este străin, de a face schimburi cu exteriorul. Este vorba despre a ne dărui vieții - în cel mai larg dintre sensuri. De aceasta sunt însă legate toate angoasele de a ne părăsi Eul, de a deveni dependenți, de a ne abandona, de a nu putea trăi corespunzător propriei ființe, de a o jertfi altora și de a fi nevoiți să renunțăm la prea mult din noi înșine în vederea adaptării cerute. Aici este vorba, deci, mai ales, de partea dependențelor noastre, „supunerile noastre” și de faptul că, în ciuda acestor dependențe și pericole la care este expus Eul nostru, care ne fac să ne simțim neputința, trebuie să ne dedicăm vieții, trebuie să ne deschidem. Dacă nu ne asumăm acest risc, rămânem ființe izolate, fără legături, fără apartenențe la ceva care să treacă dincolo de ele, în cele din urmă fără confort și astfel nu putem face cunoștință nici cu noi înșine și nici cu lumea”¹³³.

Din această primă antinomie a celor două nevoi fundamentale umane, reiese faptul că fiecare persoană trebuie să facă față atât angoasei ce apare în acțiunile ce converg spre „abandonul propriului eu”, cât și angoasei ce apare în cazul „devenirii de sine”.

3) *Angoasa de schimbare*, trăită ca vremelnicie și nesiguranță.

Cerințe. Al treilea impuls fundamental al ființei noastre este acela de a năzui către ceea ce este durabil. „În această lume trebuie să ne așezăm la casa noastră, trebuie să facem planuri de viitor, trebuie să

¹³² *Ibidem*, p.16.

¹³³ *Ibidem*, pp.16-17.

tindem către scopuri ca și cum am trăi nelimitat, ca și cum lumea ar fi stabilă și viitorul ar fi previzibil, ca și cum am putea să contăm pe ceva care rămâne - știind în același timp că „media vita în morte sumus,” că în orice clipă viața noastră se poate sfârși. Odată cu această cerință de a dura, de a ne proiecta pe noi înșine într-un viitor nesigur, chiar de a avea viitor, ca și cum în fața noastră s-ar afla ceva ferm și sigur - cu această cerință vin toate angoasele care țin de cunoașterea caracterului nostru trecător, a dependențelor noastre și de nesocotința irațională a naturii noastre. Este vorba despre frica de a îndrăzni ceva nou, de a planifica incertul, de a ne prinde pe noi înșine în mișcare. Aceasta este ceea ce vrea să spună adagiul că nu te poți scălda de două ori în același râu - de fiecare dată nu numai că râul este altul, dar și tu însuși vei fi altul. Dar, pe de altă parte, dacă renunțăm la durată, nu putem crea și realiza nimic: în reprezentarea noastră tot ceea ce este creat trebuie să aibă ceva din această durată - altminteri nu am începe niciodată să ne realizăm scopurile. Astfel trăim întotdeauna ca și cum am crede că avem o cantitate nelimitată de timp, ca și cum ceea ce am realizat în sfârșit ar fi stabil și această stabilitate și durată care ne plutesc prin fața ochilor ca niște idei vagi, această veșnicie iluzorie este un impuls esențial care ne împinge spre acțiune” ¹³⁴.

4) *Angoasa de necesitate*, trăită ca fiind ceva definitiv și lipsit de libertate.

Cerințe. Cea de-a patra nevoie principală a omului care stă la temelia celei de-a patra forme de bază a angoasei este aceea de „a fi mereu gata să ne schimbăm, să aprobăm schimbarea și dezvoltarea, să renunțăm la ceea ce ne era familiar, să lăsăm în urma noastră tradițiile și obișnuințele, să ne desprindem și să ne despărțim mereu de ceea ce am obținut deja, să trăim toate lucrurile ca pe niște stadii intermediare. De această cerință de a ne dezvolta mereu, plini de vitalitate, de a nu ne opri, de a nu ne crampona, de a fi deschiși la nou și de a îndrăzni ceva necunoscut se leagă angoasa ca posibilitățile noastre și pornirea

¹³⁴ *Ibidem*, p.17-18.

noastră către libertate să fie restricționate, limitate prin ordine, necesități, reguli și legi, prin forța de absorbție a trecutului și obișnuinței. În ultimă instanță, invers față de angoasa descrisă mai sus, unde moartea apărea în calitate de vremelnicie, aici moartea amenință în calitate de încremenire în definitiv. Dacă însă am abandona impulsul spre schimbare, îndrăzneala noului, atunci am rămâne prinși în obișnuințe, repetând și menținând uniform ceea ce este deja, iar timpul și lumea înconjurătoare ne-ar depăși și ne-ar uita” ¹³⁵.

Așadar, s-a evidențiat și cea de-a doua antinomie a vieții rezultată din aspirația, atât spre durată, cât și spre schimbare, obligându-ne astfel în a lupta, pe de o parte cu angoasa de vremelnicia ce nu încetează vreodată, iar pe de altă parte cu angoasa de necesitatea imutabilului.

1.6. Diferite forme de manifestare ale anxietății

Acum, de vreme ce avem o idee amplă despre frica din domeniul cunoscutului și despre cea din cel al necunoscutului, dar și despre întrepătrunderea celor două domenii, vom enumera o serie de manifestări anxioase, prezente, atât în cele două domenii luate separat, cât și în simbioza lor. Definițiile lor vor fi însoțite și de exemplificarea comportamentelor, cât de cât, observabile ale celor ce sunt încercați și trăiesc astfel de situații timerice.

Acestea sunt: ¹³⁶

- 1) *Atacul de panică sau fulgerul groazei*

¹³⁵ *Ibidem*, p.18-19.

¹³⁶ Toate datele cu privire la aceste manifestări anxioase au fost preluate, cu unele modificări și transcrise, din studiul medicului psihiatru Sorin Ene realizat în colaborare cu Daniel Ionescu, lucrare apărută la Editura Polirom, Iași, 2005, cu titlul *Cum să ne învingem teama*.

Este o stare de spaimă sau panică (frică intensă) extremă, de nesuportat, ce apare brusc pentru o perioadă scurtă de timp (de la zece la câteva zeci de minute), în care apar oricare dintre următoarele simptome, agravându-se rapid:

- palpitații sau creștere a ritmului bătăilor inimii;
- senzație de nod în gât sau respirație scurtă ori lipsită de aer (uneori persoana zice: „Mă astup la piept”.);

- durere în piept;
- transpirații sau valuri de caldură ori frisoane;
- amețeală, slăbiciune sau sfârșeală;
- tremurături ori amorțeli ale degetelor sau extremităților;
- senzații neplăcute abdominale;
- teama de moarte;
- teama de a înnebuni;
- sentimente de ireal, de mediu înconjurător schimbat;
- sentimentul că senzațiile propriului corp nu aparțin acestuia (sunt străine de el și de senzațiile obișnuite); ¹³⁷

O persoană care are atac de panică simte, din senin, o stare de neliniște psihică și fizică, simte că nu-și găsește locul plimbându-se fără rost. Aproape simultan începe să simtă o lipsă de aer, durere în piept, având o respirație scurtă, transpirații reci, dureri ori stare de rău abdominal, amorțeli ale degetelor. Apare totodată o frică intensă și sentimentul de moarte inevitabilă ori de pierdere a minților, omul încercând să iasă din locul respectiv, mai ales dacă e singur, în căutarea unui ajutor exterior. În răstimpul acestor manifestări, persoana este agitată, zăpăcită, confuză, răspunzând anapoda sau deloc la întrebări, neputându-se concentra, câteodată părându-i-se că lumea din jur arată altfel decât de obicei. Atacul de panică este una din cele mai groaznice stări psihice ale unui om, schimbând radical persoana pentru câteva minute sau ore ¹³⁸.

¹³⁷ Sorin Ene și Daniel Ionescu, *Cum să ne învingem teama*, Editura Polirom, Iași, 2005, p.30.

¹³⁸ *Ibidem*, pp.31-33.

2) *Tulburarea de panică sau așteptarea fulgerului groazei*

Este o tulburare psihică în care apar repetate atacuri de panică neașteptate, fără legătură cu o anumită situație. Cel puțin unul dintre aceste atacuri de panică este urmat de o perioadă însemnată de timp în care apare îngrijorarea legată de:

- apariția eventuală a unui nou atac de panică;
- consecințele atacurilor de panică - frică de pierdere a minților, potențial atac de cord;

Persoana cu tulburare de panică se comportă normal (mai ales când este însoțită de un cunoscut), excepție făcând doar în cazul atacurilor de panică. În interior însă, este măcinată de grija unui viitor atac de panică, pe care nu-l poate prevedea, și care, poate apărea în orice clipă. Datorită acestei temeri, persoana în cauză poate evita spațiile aglomerate ¹³⁹.

3) *Tulburarea anxioasă generalizată sau cum să-ți fie frică aproape tot timpul*

Tulburării anxioase generalizate îi este proprie anxietatea sau îngrijorarea persistentă legată de anumite evenimente obișnuite, dar gradul îngrijorării este mult prea mare față de importanța evenimentului. Deseori persoanele care au tulburări anxioase generalizate nu conștientizează exacerbară îngrijorărilor lor, cu toate că se simt deranjate de acestea. Neliniștea sau așteptarea îngrijorată sunt prezente în majoritatea zilelor dintr-un interval de șase luni. Îngrijorarea este stăpânită sau controlată cu dificultate și este însoțită de oricare dintre următoarele simptome:

- neliniște, senzația de a fi pe punctul de a ceda nervos;
- oboseală fizică sau psihică prea mare pentru eforturile depuse;
- dificultăți de concentrare;
- iritabilitate sau nervozitate excesivă;

¹³⁹ *Ibidem*, pp.42-43.

- tensiune în mușchi (cârcei, spasme prelungite);
- tulburări de somn (somn redus ca durată sau neodihnitor); ¹⁴⁰

O persoană care se află într-o tulburare anxioasă generalizată pare a fi sâcâită mai mult de gândul unui eventual pericol. Îngrijorarea este prea mare și durează prea mult, persoana în cauză simțindu-se ca un arc prea întins, iar cei din jur observă acest lucru. Aceste persoane reacționează mult mai calm la evenimentele cu adevărat stresante ca și cum starea permanentă de încordare le feresc de o izbucnire. Este destul de dificil să intri într-un dialog creativ cu unele persoane ce suferă de această tulburare datorită nervozității și iritabilității aproape permanente (somnia redusă sau neodihnitor având aici un cuvânt de spus). De remarcat este că persoanele în cauză sunt conștiente de aceste lucruri, având uneori senzația de pierdere a propriului lor control, datorită dificultăților de concentrare și de memorie ¹⁴¹.

4) *Agorafobia sau frica de spații aglomerate ori înghesuite*

Agorafobia (în limba greacă, *agora* = piață, loc deschis; *phobos* = frică, spaimă) este o tulburare psihică în care activitățile normale sunt împiedicate parțial sau total din cauza evitării:

- spațiilor din care ieșirea se face cu greu sau deloc (metrouri, lifturi, tuneluri, autobuze, avioane, etc);
- spațiilor deschise, dar aglomerate (străzi aglomerate, magazine mari, întruniri, etc.);

Cauza acestei evitări este frica de a nu avea un atac de panică și de a nu avea de unde primi ajutor. Imposibilitatea evitării acestor situații, crează persoanei în cauză un crescând disconfort ori o stare de rău accentuată.

Oricare dintre situațiile enumerate anterior (ori doar gândul la ele) cauzează o stare de anxietate extremă, similară cu atacul de panică, reacția de evitare la expunerea forțată fiind violentă ¹⁴².

¹⁴⁰ *Ibidem*, p.56.

¹⁴¹ *Ibidem*, pp.57-58.

¹⁴² *Ibidem*, p.68.

Persoana care suferă de agorafobie caută să fie însoțită în zonele enumerate mai sus, de cel puțin o persoană (cunoscută) care, să-i poată oferi sprijin dacă va fi nevoie de o intervenție în cazul unui atac de panică. „Agorafobicul” afectează și viețile persoanelor apropiate, datorită deficienței pe care o manifestă și anume: refuzul de a ieși din casă neînsoțit, dar totodată neputând sta singur în casă, astfel, determinând anumite persoane (de obicei apropiații) să facă cu schimbul în ajutorarea lui.

O categorie aparte de agorafobici este cea a celor care știu că au o afecțiune fizică (ex.: au avut mai demult un atac de cord) și care evită situațiile de mai sus de teamă repetării atacului de cord. Pe lângă stresul produs de conștientizarea afecțiunii fizice, ei țin piept zi de zi, și stresului produs de agorafobie, și situațiilor pe care sunt constrânși să le evite ¹⁴³.

5) *Fobia specifică sau groaza de unele lucruri obișnuite*

Este o tulburare psihică în care:

- expunerea la o anumită situație obișnuită din viață (numită în continuare *stimul fobic*) sau așteptarea acesteia, dă naștere unei anxietăți severe, ce uneori poate atinge intensitatea unui atac de panică. Anxietatea (frica) este irațională, nepotrivindu-se cu temperamentul și personalitatea subiectului. Cu toate că, este conștient de reacția exagerat de puternică pe care o are, nu o poate stăpâni. Această „specificitate” include doar anumite situații (stimuli fobici) ce produc manifestarea anxioasă, alte situații obișnuite neavând vreun efect negativ. Numărul situațiilor psihice variază de la subiect la subiect, de la un singur obiect temut până la așa numita „panfobie”, în care subiectul în cauză se teme de absolut toate obiectele și circumstanțele (evident, o situație prezumtivă).

¹⁴³ *Ibidem*, pp.69-70.

- subiectul încearcă prin orice mijloace să ocolească situația ce produce anxietatea, expunerea forțată la stimulul fobic fiind îndurată cu greutate.

Fobia specifică este declanșată de diverși stimuli fobici, aceștia dând și numele fobiilor respective, dar păstrându-și originea și forma grecească a lor:

- fobii de factori naturali (tunete, fulgere, furtuni, mare, apă, etc.);
- fobii de animale (pisici, câini, șoareci, șerpi, păianjeni, albine, viespi, etc.);
- fobii situaționale (avioane, înălțimi, spații închise, lifturi, poduri, etc.);
- fobii de injecții, de rănire, de sânge;
- alte tipuri (evitarea fobică a situațiilor ce pot duce la contractarea unor boli, evitarea unor personaje din povești de către copii, evitarea sunetelor puternice, etc.); ¹⁴⁴

La întâlnirea cu stimulul fobic, persoana în cauză poate avea unul sau mai multe din următoarele simptome:

- valuri de căldură sau frisoane;
- palpitații ori creșterea ritmului cardiac;
- tremurături sau amorțeli ale degetelor;
- transpirație;
- gură uscată (lipsită de salivă);
- respirație dificilă;
- nod în stomac ori în capul pieptului;
- sentimentul că nu mai poate respira, că se sufocă;
- amețeală, senzație de leșin;
- frica de a muri sau de a înnebuni;

Fiecare persoană care suferă de vreo fobie specifică va căuta să ocolească (evite) pe cât posibil stimulul fobic în orice fel. Prin urmare, persoanele cu frică morbidă de păianjeni vor prezenta anxietate extremă la vederea unui păianjen, iar în forme grave, chiar și la

¹⁴⁴ *Ibidem*, pp.80-81.

vederea unei pânze sau a unei fotografii cu păianjeni. Cele ce se tem de animale vor face un slalom de pe un trotuar pe altul cautând să scape de câinii și pisicile fără stăpân. Într-un mod similar, cele cu fobie de avion, vor călători cu alte mijloace de transport (tren, autocar, vapor etc.) pentru a evita avionul, chiar dacă distanțele parcurse vor fi duble sau triple. Și așa mai departe. Din cauza acestor evitări, atât activitatea personală (socială, culturală, afectivă, etc.) a celui ce suportă o astfel de fobie, cât și activitățile celorlalți care intră, într-un fel sau altul, în contact cu ea, suferă perturbații ¹⁴⁵.

6) *Fobia socială sau frica de a fi observat în anumite situații sociale*

Fobia socială este o tulburare psihică al cărei principal simptom este frica irațională și de nestăpânit ce apare în anumite situații sociale (mâncat la restaurant ori la bar, petreceri, urinatul în toaletele publice, vorbitul ori ținerea unui discurs în fața unui auditoriu, în timp ce scrii și alte persoane se uită la tine, etc). În împrejurările respective, dar și în altele, persoanele în cauză simt o stare de teamă, de disconfort și încearcă să camufleze acest fapt. Din cauza acestei frământări de a nu fi observat că se teme, că se jenează, persoanele cu o fobie socială pot face gesturi necugetate ce „bat la ochi” și care atrag și mai mult atenția celor din jur, ele (persoanele care au fobie socială) simțindu-se și mai stingherite. Cu toate că, ele cunosc iraționalitatea emoțiilor lor, acestea sunt suportate cu greu ¹⁴⁶.

Fobia socială apare adesea la persoanele care au fost copii timizi sau rușinoși. Fiecare persoană ce suferă de fobie socială poate avea un număr de situații mai mic sau mai mare pe care le evită, desfășurarea vieții fiind mai mult ori mai puțin influențată de acest lucru, adică de încercările de a evita situațiile cu pricina. Elementul comun al situațiilor sociale evitate este posibilitatea (în mintea persoanei) de a fi observată în situații dezavantajoase, ce i-ar trăda starea de tensiune, și

¹⁴⁵ *Ibidem*, p.83.

¹⁴⁶ *Ibidem*, p.95.

de disconfort (faptul că i se înroșește fața, că îi tremură mâinile ori transpiră). Dar disconfortul va fi cu atât mai mare, la fel ca și evidența simptomelor, cu cât persoanele în cauză poartă o grijă exagerată acestui aspect. Dacă fobia socială apare în multe situații sociale, subiectul va fi ca un „handicapat” social, lucru ce va contribui la agravarea imaginii față de sine, ulterior putând apărea și o depresie reactivă ¹⁴⁷.

7) *Reacția acută la stres sau retrăirea înspăimântată a unui eveniment groaznic*

Este o tulburare psihică declanșată de un stres extrem de puternic, un eveniment tragic ori catastrofal (agresiune fizică, viol, accident de mașină, etc). Evenimentul catastrofic este *retrăit* ca într-un film, ziua prin amintiri ce apar fără vrere, noaptea prin coșmaruri. Apare și tendința de evitare a oricăror lucruri ce amintesc de evenimentul declanșator. Subiectul în cauză poate avea o anxietate permanentă sau de durată mare și chiar dificultăți de concentrare și nervozitate.

Reacția acută la stres poate dura între două și patru săptămâni, durata fiind singura deosebire față de tulburare de stres posttraumatic, aceasta din urmă având o durată mai lungă, producând (uneori) și un disconfort mai accentuat ¹⁴⁸.

8) *Tulburarea de stres posttraumatic sau retrăirea înspăimântată a unui eveniment groaznic*

Este o prelungire a reacției acute la stres, astfel că, este o tulburare psihică declanșată de un stres extrem de puternic, apărut brusc sub forma unui eveniment prin care:

- sunt amenințate viața ori integritatea fizică a propriei persoane sau a altei persoane, nu neapărat apropiate.
- se află despre moartea unei persoane apropiate.

¹⁴⁷ *Ibidem*, pp.96-99.

¹⁴⁸ *Ibidem*, p.24, pp.108-109.

Evenimentul este re trăit involuntar prin imagini (numite flashback-uri - imagini - fulger în întuneric), gânduri sau vise ce provoacă o tensiune psihică.

Dacă lucrurile ce amintesc de întâmplarea nepăcută nu pot fi evitate (subiectul căutând prin orice mijloace să o evite) ele sunt suportate cu anevoință, cauzând retrăirea evenimentului neplăcut.

Crește și vigilența subiecților, ei părând a fi niște „oameni pânditi”, tresărind la zgomote obișnuite (sonerie, telefon, claxonări etc.), având o stare de nervozitate crescută, neliniște fără motiv, precum și greutate în dormire, deseori cu un somn neliniștit chiar și în lipsa coșmarurilor¹⁴⁹.

Întâmplarea stresantă este re trăită la întâlnirea subiectului cu situații asemănătoare. Astfel că, subiectul are reacții fizice (stare de rău, transpirații, palpitații, dureri abdominale etc.) și psihologice (neliniște, anxietate, tensiune psihică, își freacă mâinile încontinuu, clipește des ori ține ochii strâns închiși, etc.). În încercarea lui de a evita situațiile ce-i reamintesc de evenimentul stresant și în încercarea de a evita reacțiile neplăcute, uneori pot apărea și alte reacții mai generale de evitare, prin care psihicul traumatizat încearcă să evadeze din lumea reală. Prin umare, pot apărea *derealizarea* (senzația ori sentimentul că lumea din jur s-a schimbat complet) și *depersonalizarea* (senzația sau sentimentul de a fi o cu totul altă persoană). Din cauza retrăirii evenimentului stresant, subiectul are senzația că este hăituit tot timpul¹⁵⁰.

9) *Tulburarea obsesiv-compulsivă sau cum propriile gânduri îți fac viața un calvar*

Aceasta constă în prezența:

- *obsesiilor* (în limba latină, *obsessio* = asediu), reprezentare de idei, gânduri, sentimente ori senzații ce apar involuntar și nu pot fi

¹⁴⁹ *Ibidem*, p.24, pp.111-112.

¹⁵⁰ *Ibidem*, p.113.

alungate oricât se încearcă acest lucru; acestea sunt cunoscute ca excesive și iraționale crescând tensiunea psihică a persoanei;

- *compulsiilor* sau *ritualurilor*, reprezentate de gânduri ori comportamente conștiente, dar repetitive și stereotipe (verificare, numărare, spălare, etc.), ce au rolul de a atenua tensiunea psihică produsă de apariția obsesiilor, dar care consumă cel puțin o oră pe zi.

Cu cât nerealizarea ritualului este prelungită (persoana rezistând din proprie inițiativă sau neputând pur și simplu să îl facă), cu atât mai mult tensiunea psihică a respectivei persoane crește. Este o neliniște invalidantă deoarece obsesiile asediază permanent sufletul, iar ritualurile (compulsiile) consumă timp și afectează semnificativ activitatea normală a persoanei. Doar 75% din cei care suferă de tulburare obsesiv-compulsivă au și obsesii și ritualuri, restul au, fie obsesii, fie ritualuri ¹⁵¹.

Cele mai însemnate obsesii și compulsii sunt:

- obsesia *simetriei și preciziei*, totul trebuind să fie aranjat la milimetru, în același fel ca întotdeauna; dacă un tablou este înclinat puțin într-o parte sau în alta, subiectul trebuie să îl îndrepte, neputându-se concentra în activitățile pe care le întreprinde - *ritualul de aranjare* a lucrurilor, și astfel, persoana pierde ore întregi pentru lucruri mărunte;

- obsesia de *contaminare cu microbi sau viruși* - cu compulsii constând în *spălări repetate* sau evitări sistematice ale oricăror obiecte contaminatorii. Subiectul își poate descuama pielea prin spălat excesiv, ori nu iese din casă din cauza fricii de microbi;

- obsesia *îndoielii* (implică un pericol - gaze uitate deschise, ușa uitată deschisă, robinetul cu apă, etc.) - urmată de *ritualul verificării* - verificări repetate la câteva secunde, ca și cum persoana în cauză nu poate avea încredere în ea însăși;

- obsesii cu *teme violente sau sexuale*, considerate condamnabile chiar de către persoană. Gânduri ca: „Ce-ar fi să-l bat zdravăn pe ăla?” sau „Îmi vine să-mi omor copilul”, pot fi găsite mai tot timpul în mintea

¹⁵¹ *Ibidem*, pp.125-126.

celor ce suferă de tulburări obsesive, „bântuirea” lor fiind una greu de suportat, în acest caz, nu există ritualuri ce ar putea să scadă tensiunea psihică;

- obsesii *religioase*. Persoanelor în cauză le vine să înjure în biserică sau gândul că Dumnezeu e necuratul le invadează mintea și așa mai departe.

Aceste obsesii sunt conexe cu *ritualuri de numărare sau repetare*. Exemplu: „O să număr de la 20 înapoi”, „Dacă următoarea casă are număr par de ferestre, totul va fi bine”, „Dacă până la stradă am să fac mai puțin de 15 pași, totul va fi bine”, „Să spun de cincizeci de ori <<Dumnezeu e bun>>”¹⁵².

10) *Tulburarea anxioasă organică sau boala corpului care neliniștește sufletul*

Este o stare în care apar unul sau mai multe simptome anxioase (anxietate permanentă, obsesii sau compulsii, atacuri de panică) însă doar ca o consecință directă a unei boli organice.

Această tulburare apare deoarece anumite boli ori probleme de sănătate au printre simptome și anxietatea, ce dispare împreună cu celelalte simptome după ce problema de sănătate a fost tratată cu succes. Aceste boli ori probleme de sănătate sunt:

- sindrom de sevraj la nicotină (la lăsarea de fumat), sedative-anxiolitice, alcool;
- intoxicații cu cafea, amfetamine, cocaină;
- boli endocrine: hipertiroidism, feocromocitom, hiperparatiroidism și boala Cushing;
- boli neurologice (traumatice sau degenerative, vasculare);
- modificări metabolice: creșterea calciului în sânge (hipercalcemie), scăderea oxigenării sângelui (hipoxemie), scăderea glicemiei (hipoglicemie).

¹⁵² *Ibidem*, pp.127-128.

Subiecții în cauză se comportă în funcție de tipul simptomelor anxioase pe care le suferă. Astfel că, ei pot avea atacuri de panică, compulsii sau obsesii, anxietate permanentă, aceste simptome ameliorându-se imediat după ce boala care a declanșat-o este înlăturată ¹⁵³.

11) *Tulburarea de adaptare (cu anxietate) sau schimbarea vieții cu care nu te poți obișnui*

Tulburarea de adaptare este un diagnostic care uneori se pune atunci când nu este posibil vreun alt diagnostic, iar simptomele nu sunt justificate de altă tulburare psihică sau fizică.

Tulburarea de adaptare cuprinde neapărat:

- o întâmplare stresantă, unică (terminarea unei relații sentimentale ori a căsniciei) sau multiplă (probleme maritale de lungă durată, ori probleme financiare cronice). Acest factor stresant poate fi continuu (traitul într-un cartier nesigur) sau se poate ivi periodic (fluctuările sezoniere ale unei mici afaceri).

Există și stresori așteptați (începerea școlii la copii de 6-7 ani, plecarea tinerilor din casa părinților, nașterea unui copil, căsătoria, pensionarea) aceste evenimente producând o insatisfacție mult mai mare decât ar fi fost de așteptat;

- anumite simptome (nejustificate prin alt diagnostic psihiatric) ce sunt în strânsă legătură cu anumite întâmplări stresante, fără de care simptomele nu ar fi ieșit la iveală.

Simptomele pot fi diferite și derutante:

- simptome anxioase (îngrijorare, nervozitate, iritare) fără un diagnostic de tulburare anxioasă ca din cele descrise anterior;
- simptome depresive (plâns frecvent, dispoziție depresivă, lipsă de speranță) fără să poată fi stabilit diagnosticul de depresie;
- simptome anxioase și depresive concomitente;

¹⁵³ *Ibidem*, pp.140-141.

- tulburări ale emoțiilor (simptome depresive și/sau anxioase) și tulburări comportamentale simultane;
- tulburări de comportament (vagabondaj, șofatul cu sfidarea regulilor de circulație, vandalism), caracteristice copiilor și persoanelor tinere;
- simptome fizice ce nu sunt îndreptățite de vreo boală ¹⁵⁴.

Simptomele depinzând de personalitatea subiecților - aceștia se vor manifesta ca atare fie prin depresii, anxietăți, iritări, diverse simptome fizice (amețeli, dureri de cap ori de piept, amorțeli, etc.) etc. ¹⁵⁵.

Toate aceste tulburări anxioase enumerate mai sus de la atacul de panică până la tulburarea de adaptare sunt printre cele mai frecvente din cadrul *tulburărilor mintale* ceea ce ne duce cu gândul la cât de benefice ori de nocive pot fi acestea. În continuare vom încerca o evaluare a dezavantajelor și a beneficiilor fricii, privită în totalitatea manifestărilor ei timerice și anxioase.

1.7. Dezavantajele fricii

Printr-un scurt rezumat a celor enumerate de la începutul discuției noastre despre frică și până acum, ne este ușor să constatăm că frica, privită din unghiuri diferite, nu pare a fi enumerată printre virtuți, ea perturbând activitatea corpului și a sufletului, uneori în moduri grotești, alteori în moduri de-a dreptul patologice, de la simpla repetare a unor acțiuni cu iz de bufonerie până la „paralizia la domiciliu” și frica de orice.

Frica (ca și anxietate) „este un fenomen extraordinar de răspândit, ce îl însoțește pe om din fragedă copilărie și adesea până la adânci bătrâneți, amărându-i într-o inimaginabilă măsură existența, făcându-l

¹⁵⁴ *Ibidem*, pp.147-148.

¹⁵⁵ *Ibidem*, p.149.

incapabil să-și facă prieteni și să pună prin aceștia o bază pentru o viață senină și pentru o activitate rodnică. Căci teama se poate extinde asupra tuturor relațiilor vieții umane. Orientarea atitudinii anxioase diferă de la om la om. Se poate ca cineva să se teamă de lumea exterioară sau, dimpotrivă, să se înspăimânte de propria sa lume interioară. Așa cum omul evită societatea care îi face frică, tot așa se poate teme să rămână, cu el însuși” ¹⁵⁶. Reiese că, teama de ceva sau de cineva nu e ceva de dorit, dat fiind că, aceasta imobilizează organismul (trup și suflet) în vederea conservării de sine (lucru bun, dar până la un anumit punct), împiedicându-i acestuia, atât comuniunea necesară devenirii de sine, cât și a devenirii celorlalți și a creației în totalitatea ei.

Cu toate că frica este un fenomen firesc ¹⁵⁷, fiind o componentă majoră a experienței umane, în ciuda eforturilor de a o depăși, afirmația lui Jakov Lind, *frica e rădăcina mea* ¹⁵⁸ duce cu gândul la originea ei strâns legată de ontologia noastră, dat fiind că, nevoia de securitate este fundamentală, ea stând la baza moralei și afectivității omenesti. Prin urmare, această securitate apare ca un simbol al vieții, pe când insecuritatea ca cel al morții, frica făcându-și apariția, bineînțeles, în spectrul insecurității, deci, al morții ¹⁵⁹. Ne este frică de moarte, dar ne e frică implicit și de lucrurile ce o pot apropia de existența noastră, fără să avem, deseori, o înțelegere profundă a lucrurilor ce ar putea evita această temere. Cu toate că frica îți poate da multă abilitate, totodată ea răpește lucrurilor adevărata lor însemnătate ¹⁶⁰, înțelegerea firească a lucrurilor (fenomenelor, oamenilor, tainelor etc.) fiind determinată și de acest afect (emoție). Un om fricos, nu vede adevărata față a lucrurilor, și prin urmare, acțiunile sale nu vor fi pe măsura așteptărilor celorlalți, fie apropiați sau nu; nu

¹⁵⁶ Alfred Adler, *Cunoașterea omului*, op. cit., p.226.

¹⁵⁷ Diferența dintre frica firească și cea nefirească va fi expusă în capitolul 2 al lucrării, cu referire la perspectiva teologică.

¹⁵⁸ Jakov Lind, *Frica e rădăcina mea*, apud Jean Delumeau, *Frica în Occident, secolele XIV-XVIII. O cetate asediată*, vol. I, op. cit., p.18.

¹⁵⁹ Jean Delumeau, *Frica în Occident, secolele XIV-XVIII. O cetate asediată*, vol. I, op. cit., p.18-19.

¹⁶⁰ Victor Hugo, *Cugetări*, Editura Albatros, București, 1982, p.100.

vor fi firești, capabile să creeze ceva benefic. Vorbim acum de o frică irațională, de o sfială, de o timiditate ce estompează potența reală a subiecților, cu toate că, în funcție de spațiu, timp, providență, etc., ea poate fi și benefică.

Astfel, pe lângă faptul că este un reflex indispensabil, o pavăză împotriva pericolelor de tot felul (ce converg în pericolul morții), ea poate fi și un afect disociant (separator) dând uneori impresia frapantă a unei înfrângeri.

La *copii* această înfrângere este mai vizibilă dominând uneori întreaga personalitate, având repercusiuni și la maturitate. Copiilor anxioși le este frică să rămână seara singuri în pat, le este frică de întuneric, de câini și diverse animale, de furtună, și se tem și de alți copii, aceștia din urmă nu de puține ori ajungând să-i persecute, fiindcă anxioșii, în teama lor, nu îndrăznesc să se apere de atacurile la care sunt supuși. Prin urmare, ei devin niște „țapi ispășitori”, niște „panouri vii de tragere la țintă”, căci prin felul lor de a fi au darul de a se manifesta ca un „magnet de atacuri” ¹⁶¹.

„Copiilor anxioși le este de obicei foarte teamă de profesori. Din păcate adeseori aceștia din urmă nu-și dau seama că au de a face cu un copil anxios și se poartă foarte sever cu ei. Se mai întâmplă ca unii copii mai puternici, după ce au făcut o năzbâtie, să dea vina pe un copil anxios, care, fiind incapabil să se apere, devine „țap ispășitor” în fața profesorului” ¹⁶². Dar necazurile nu se opresc aici. De cele mai multe ori, dacă părinții nu-și dau seama de firea anxioasă a copilului lor și nu încearcă să-l ajute, acesta va avea dificultăți în viitor în relațiile sale sociale, fie intime sau nu. Astfel că, în fața dificultăților vieții, el va rămâne dezorientat, neprogresând în activitățile lui, mereu fiind pe punctul de a se retrage din acțiunile întreprinse, fixându-și drept principiu ocolirea obstacolelor vieții, această concepție adâncindu-se și consolidându-se prin asocierea sa cu anxietatea.

¹⁶¹ Karl Leonhard, *Personalități accentuate în viață și literatură*, Editura Enciclopedică Română, București, 1972, p.136.

¹⁶² *Ibidem*.

„Copilul ia cunoștință intuitiv de aceste dificultăți, de îndată ce vine pe lume și se află integrat în condițiile existenței. Date fiind pericolul permanent care îl pândește și riscul eșecului strădaniilor sale de a ieși din starea de insecuritate, el poate să ajungă la o concepție despre viață pesimistă, la dezvoltarea unor trăsături de caracter care îl fac să se bazeze mai mult pe ajutorul și considerația celor din jurul său. Prudența care rezultă de aici poate fi atât de mare încât să îl îndepărteze de îndatoririle impuse de viață. Dacă asemenea copii sunt totuși obligați să progreseze, ei poartă în același timp în sine un plan de retragere, găsindu-se mereu pe picior de fugă, unul din afectele lor cele mai frecvente și mai izbitoare fiind frica” ¹⁶³.

Acești copii ajunși la maturitate sunt cuprinși într-o stare de anxietate, fie de îndată ce au de întreprins ceva, fie de îndată ce se despart de cineva ce-i însoțea, fie că au de făcut curte unei femei/bărbat, fie când li se propune să ocupe o funcție, etc., legătura lor cu viața și cu semenii fiind atât de șubredă, încât se înfricoșează la orice schimbare ce survine în obișnuințele lor ¹⁶⁴.

Totuși la *adulți*, această frică (văzută mai mult ca o sfială, o neîncredere în forțele proprii) nu mai are aceeași înrâurire ca în timpurile copilăriei, dat fiind că, celelalte persoane nu mai sunt privite cu aceeași ochi, ne mai fiind atât de amenințătoare, dar cu toate acestea frica nu dispăre, ci ea lucrează în continuare, imobilizând persoanele respective în diversele lor acțiuni, cum ar fi dorința de a se afirma și a polemiza în cazul unei divergențe de opinii. Iar dacă opozantul va da dovadă de tărie în argumentația sa, fricoșii vor bate pasul în retragere, din această cauză ei devenind *timizi*. Astfel că, această fire anxioasă se menține și la maturitate, dar sub forma timidității ¹⁶⁵.

Iată doar câteva aspecte ale dinamicii firii anxioase ce deranjează, incomodează activitățile persoanelor în cauză, și care, poate lua aspecte și mai tragice. Astfel că, prin „articularea” unor întâmplări (de

¹⁶³ Alfred Adler, *Cunoașterea omului*, op. cit., p.258.

¹⁶⁴ *Ibidem*, p.226.

¹⁶⁵ Karl Leonhard, *Personalități accentuate în viață și literatură*, op. cit., pp.136-137.

obicei morbide) ale altor persoane, pe firul vieții lor proprii, persoanele anxioase pot deveni *ipohondre*, stare, a cărei evoluție, poate fi influențată prin psihoterapie; dar nu și firea anxioasă, care, va rămâne și va putea pe viitor, să fie puntea de legătură între persoanele cu pricina și alte stări bolnavicioase.

Frica e stânjenitoare, uneori provoacă palpitații, dureri de piept, amețeli, transpirații, alteori e obsedantă și necesită comportamente repetitive; te poate duce la starea de „a-ți pierde mințile” și te poate transforma într-un sclav mobil sau imobil, în funcție de natura fiecărui om. Unele fobii pot transforma un om normal într-un caraghios, dar netratate la timp sau tratate fără acordul specialiștilor și ducând la consum excesiv, ori dependență de substanțe sedative, antidepresive (alcool, etc.) sau tranchilizante, pot înlesni apariția depresiei și creșterea riscului de suicid ¹⁶⁶. Iar dacă mai adăugăm faptul că „teama (frica) ia întotdeauna naștere din ignoranță” ¹⁶⁷ și uneori este „numai un exces de lașitate, având întotdeauna caracter de viciu” ¹⁶⁸, și oricât am încerca să îi deslușim misterul, ne resemnăm la auzirea veștii că „nu există fricoși care să-și cunoască totdeauna toată frica” ¹⁶⁹, putem deduce astfel, că pachetul „nedoritelor” din ecuația persoană umană versus frică, este copleșitor, adesea peste limitele suportabilului și ale firescului, dar care, printr-o analiză de multe ori laborioasă, poate fi micșorat, atât cantitativ, cât și calitativ.

1.8. Beneficiile fricii

Precizam în rândurile anterioare că frica este o componentă a propriei noastre existențe și se înfățișează ca o garanție, un stăvilă împotriva pericolelor, permițând organismelor să scape provizoriu de moarte, apărând astfel ca un instinct al conservării, deci, benefic. Lucru pe care îl considerăm bun, dar până în punctul de unde omul ajunge să se preocupe doar de propria persoană, egocentrizându-se și

¹⁶⁶ Sorin Ene și Daniel Ionescu, *Cum să ne învingem teama*, op. cit., p.72.

¹⁶⁷ *Maxime și cugetări din folclorul și literatura americană*, Editura Albatros, Iași, 1974, p.202.

¹⁶⁸ René Descartes, *Pasiunile sufletului*, op. cit., p.153.

¹⁶⁹ La Rochefoucauld, *Maxime și reflecții*, Editura Minerva, București, 1972, p.94.

egolatrizându-se, sfidând, atât nevoia lui de comuniune firească, cât și nevoile celorlalți. Prin urmare, frica considerată benefică este cea *originară* (*Urangst*), atavică, proprie tuturor viețuitoarelor ¹⁷⁰ și nu cea patologică. Este frica ce „s-a născut odată cu omul în bezna timpurilor” ¹⁷¹ și „ne însoțește de-alungul întregii noastre vieți” ¹⁷². „La om, îndeosebi, ea emană din insecuritatea generală a acestuia, din slăbiciunea sa în fața morții” ¹⁷³. Astfel, ea este folositoare și indispensabilă, cei care ar duce lipsa unui asemenea afect ar fi demni de plâns.

Un aforism vechi egiptean sună așa: „inima i-a fost dată omului înțelept, ca să se teamă” ¹⁷⁴, iar un altul: „nu există om înțelept care să nu se teamă și să nu se păzească” ¹⁷⁵. Iar dacă teama este necesară înțelepciunii, ea apare și ca o imperativă, atât a onoarei, cât și a respectului, după cum spune o veche cugetare latină: „când nu există nici o teamă, onoarea și respectul dispar” ¹⁷⁶. Descoperim astfel diferite elogii la adresa fricii, poate tot atâtea câte blamări găsim, neuitând totodată firile deosebite ale celor două frici, una cu care ne naștem și de care ne folosim întru binele nostru, și alta bolnavicioasă, ce ne sâcăie, ne paralizează acțiunile și de care am vrea să ne descotorosim, dar de cele mai multe ori nu putem.

Dacă „a te teme de ceea ce e rău, te scapă adesea de ceea ce e și mai rău” ¹⁷⁷, poate fi încadrată în prima categorie a fricii (cea firească), „cel ce pururea se teme, în nimic nu izbândește” ¹⁷⁸, cu siguranță se pretează celei de a doua categorii de frică (cea patologică). Teamă poate apărea și ca un ajutor în păstrarea bunurilor pe care le-am dobândit, aprinzându-ne beculuțel roșu, ori de câte ori acele bunuri sunt în pericolul de a ne fi sustrase într-un fel sau altul, grăitor în acest

¹⁷⁰ Alfred Adler, *Cunoașterea omului*, op. cit., p.258.

¹⁷¹ G. Delpierre, *La Peur et l'être*, apud Jean Delumeau, *Frica în Occident, secolele XIV-XVIII. O cetate asediată*, vol. I, op. cit., p.18.

¹⁷² *Ibidem*, p.19.

¹⁷³ Alfred Adler, *Cunoașterea omului*, op. cit., p.258.

¹⁷⁴ Maxime, *Sentințe și Aforisme din Egiptul Antic*, Editura Albatros, București, 1975, p.77.

¹⁷⁵ *Ibidem*.

¹⁷⁶ *Proverbe și cugetări latine*, op. cit., p.149.

¹⁷⁷ Shakespeare, *Aforisme și cugetări*, Editura Albatros, București, 1975, p.97.

¹⁷⁸ *Spicuri din înțelepciunea Spaniolă*, op. cit., p.341.

sens putând fi un proverb antic: „darurile unei fericiri sunt însoțite și de teamă” ¹⁷⁹.

Uneori și iubirea este văzută în strânsă legătură cu teama, dispariția acesteia din urmă ducând la planarea suspiciunii asupra celei dintâi: „Iubirea, ca și focul, nu se poate menține fără ardere continuă; și încetează de a mai dăinui îndată ce nu mai are ce spera sau de ce să se teamă” ¹⁸⁰.

Iar dacă „frica are mai multă imaginație decât curajul” ¹⁸¹, în continuare vom expune anumite *aspecte pozitive ale anxietății* ¹⁸², din perspectiva lui Jacques Cosnier.

Anxietatea și angosta, spune autorul, nu sunt prezente doar în patologiile mentale, ci impregnează și celelalte activități umane aproape în totalitate:

- mai întâi, activitățile și producțiile artistice și literare, foarte exigente cu aplicarea *mecanismelor de apărare*, și cu *derivarea sublimatorie*. (Mecanisme de apărare prin gestiunea și controlul angoasei permise de exercitarea unei activități coordonate și prin reprezentarea fantasmelor. Derivarea sublimatorie a impulsurilor neliniștitoare către investiții cu valoare socială și aparent îndepărtate de problema inițială). În anumite perioade, neliniștea și chiar angosta existențială au dobândit un statut social apreciat în cazul „spleenului” anilor romantici. Dar angosta existențială, neliniștea în fața morții și a forțelor misterioase ale naturii au constituit de asemenea baza marilor filosofii și a marilor religii. Ritualurile religioase și, prin extensie, ritualurile care marchează viața socială și consacră marile evenimente biologice: nașterea, pubertatea, sexualitatea, moartea apar ca tot atâtea decoruri securizante prin controlul pe care îl oferă asupra emergențelor pulsionale și asupra pericolelor de angostă pe care inevitabil le presupun;

¹⁷⁹ *Proverbe și cugetări latine, op. cit.*, p.214.

¹⁸⁰ La Rochefoucauld, *Maxime și reflecții, op. cit.*, p.24.

¹⁸¹ Nicolae Iorga, *Cugetări*, Editura Albatros, Iași, 1972, p.96.

¹⁸² Următoarele date, sunt preluate și transcrise din lucrarea lui Jacques Cosnier menționată în capitolele anterioare, *Introducere în psihologia emoțiilor și a sentimentelor, op. cit.*

- dincolo de artă și religie, și din aceleași motive, știința joacă la rândul ei un rol anxiolitic: cunoașterea și interpretarea legilor materiei și ale vieții ne liniștesc și risipesc angoasa în fața misterelor necunoscutului ¹⁸³. „Somnul Rațiunii naște Monștri,” dar și invers se poate spune că trezirea Rațiunii îi risipește. La toate acestea putem adăuga și succesul pe care îl au companiile de cercetare medicală precum teletonul, acțiunile de luptă împotriva SIDA, cancerului etc., și de asemenea, fondurile considerabile consacrate sănătății și echipamentelor medicale. Gesturile umanitare și structurile respective sunt simboluri ale luptei împotriva morții. „Moartea nu va trece mai departe”. Lucru evident liniștitor. Ca urmare, acțiunile umanitare au dublu avantaj de a constitui un profit pentru cei cărora le sunt în mod oficial destinate, dar și de a-i reconforta pe cei care le inițiază și le duc la bun sfârșit, permițându-le să își demonstreze lor înșile și celorlalți că se poate acționa împotriva morții, a diverselor calamități și a catastrofelor atât naturale, cât și umane;

- mai există însă un aspect stimulant al anxietății și angoasei, și anume erotizarea sau „hedonizarea” acestora ¹⁸⁴. Un anumit număr de activități și acțiuni umane au ca interes principal procurarea angoasei, prin cochetarea cu pericolul. Saltul cu coarda elastică este un exemplu caracteristic, dar numeroase practici sportive sau ludice constituie tot atâtea exemple.angoasa devine sursă de plăcere în măsura în care este controlată și se termină cu „happy-end”. Admirația publicului, care lipsește rareori de la aceste manifestări, contribuie la îmbogățirea narcisistă provocată de acțiunea respectivă.

Pe scurt, angoasa și forma sa minoră care este anxietatea, sunt afecte perfect banale ale vieții cotidiene, iar numeroase mecanisme, atât sociale, cât și individuale au scopul de a le tempera.

Clarificând lucrurile am observat în această frică intrinsecă nouă, ceva util și indispensabil, vorba istoricului: „e necesar să-ți fie frică de

¹⁸³ *Ibidem*, pp.135-136.

¹⁸⁴ *Ibidem*, p.136.

un pericol real, și e util să îl avertizezi pe un altul când o amenințare se precizează” ¹⁸⁵.

Astfel că, în funcție de gradul de intensitate al fricii putem vorbi și de oameni cu o atenție mai sporită ori mai scăzută, față de pericolele ce pot surveni, dar și cu inteligență mai mult sau mai puțin sănătoasă, atenția jucând un rol hotărâtor în modelarea personalității umane.

Conchizând, putem afirma că frica apare ca o ambiguitate, fiind după caz salutară ori distrugătoare ¹⁸⁶, călăuzindu-ne pe de-o parte și subjugându-ne pe de alta, conferind intensitate și vigoare stărilor noastre, stimulând, atât mila, cât și ironia, atât ura, cât și iubirea, înnobilându-ne senzațiile și dându-le savoare; cu alte cuvinte, una din dimensiunile și una din condițiile existenței și echilibrului nostru ¹⁸⁷.

¹⁸⁵ Jean Delumeau, *Păcatul și frica: Culpabilitatea în Occident, secolele XIII-XVIII*, vol. II, Editura Polirom, Iași, 1998, p.277.

¹⁸⁶ *Ibidem*.

¹⁸⁷ Emil Cioran, *Ispita de a exista*, Editura Humanitas, București, 1992, pp.176-177.

CAPITOLUL II. FRICA DIN PRISMA TEOLOGICĂ

Problema fricii (în greacă: *phobos*) văzută prin ochii teologilor, pe cât este de diversificată, pe atât este și explicată, chiar dacă la o primă vedere, pare o nebulozitate ideatică datorată experiențelor proprii ale Sfinților Părinți, înțelegerilor nuanțate din Scrierile Sfinte, gradelor diferite de a înțelege cele revelate, și nu în ultimul rând datorată traducerilor defectuoase, atât a celor din timpul Sfinților Părinți, cât și a celor din zilele noastre. Pe parcursul paginilor următoare vom întâlni diferite tonalități și nuanțe ale fricii: frica de a nu pierde ceva din plăcerile lumii, frica de a nu fi chinuiți într-un fel sau altul, frica trăită ca „spaimă metafizică ce te reduce la anonimat arătându-ți micimea și neputința”¹⁸⁸ și altele, precum frica necesară *desăvârșirii sfințeniei* (II Corinteni 7,1)¹⁸⁹.

Iată ce spune profesorul William Barclay despre acest cuvânt:

„*Phobos* înseamnă <<frică>> și în toate perioadele prin care a trecut limba greacă, *phobos* este ceea ce uneori e denumit <<un cuvânt intermediar>>. Altfel spus, cuvântul este în sine cât se poate de neutru și, după cum este utilizat și după contextul în care apare, poate să aibă un înțeles bun sau rău, și poate să descrie ceva care este util și demn de laudă, sau ceva rău și demn de a fi disprețuit. În limba greacă, *phobos* <<teamă>> poate să fie ori caracteristica lașului, ori aceea a omului cu adevărat religios.

În greaca clasică, *phobos* are trei semnificații principale:

1) La Homer ea înseamnă aproape întotdeauna <<panică>> sau <<fugă>. <<Fuga cauzată de panică>>, spune Homer, <<care este asociată cu frica (*phobos*) înfiorătoare>>(Iliada 9, 2). *Phobos* în greaca timpurie conține întotdeauna în el ideea de fugă, de părăsire a bătăliei datorită panicii. Forma pasivă a verbului corespunzător, *phobesthai*, înseamnă <<a fi pus pe fugă>>, și este opusul verbului *hupomenein*,

¹⁸⁸ Lucian Blaga, *Zări și etape*, Editura Minerva, București, 1990, p.262.

¹⁸⁹ „...făcând sfințenie întru frica lui Dumnezeu”. (*Biblia adică Dumnezeiasca Scriptură a Legii Vechi și a Celei Nouă*, Tipografia Cărilor Bisericești, București, 1914, Ediție anastatică după original.)

de la care vine *hupomonē*, și care înseamnă <<a nu ceda>> și <<a îndura>>. Cuvântul conține în el acea pierdere a curajului care îl determină pe om să dea bir cu fugiții.

2) Cu un caracter mai general, în greaca clasică, *phobos* înseamnă <<frică>> în cel mai larg sens al cuvântului ¹⁹⁰. El este opusul lui *tharros*, care înseamnă <<curaj>>.

3) În final, în greaca clasică, *phobos* înseamnă <<respect amestecat cu teamă și uimire>> sau <<venerație>> față de un mare conducător sau în special pentru o divinitate sau un zeu. Este sentimentul pe care îl trăiește un om în prezența cuiva care îi este incomparabil superior” ¹⁹¹.

2.1. Delimitarea termenilor: frica firească - patimi (afecte) firești și nepăcătoase (ireproșabile) - frica nefirească

Dacă ne-am dat seama că frica aparține inevitabil vieții noastre, o conștientizare a celor două feluri existențiale ale ei ne adâncește și ne clarifică și mai mult înțelegerea în încercarea de a pătrunde tainele ei. Pentru a elucida această problemă ne vom folosi de o lucrare fundamentală în domeniul teologiei și anume *Expunerea exactă a credinței ortodoxe* ¹⁹², cunoscută sub numele de *Dogmatica*, ce a fost scrisă de Sfântul Ioan Damaschin (†749), lucrare ce este parte constitutivă a operei sale capitale *Izvorul cunoașterii (Pege gnoseos)*, care pe lângă o introducere filosofică și o scurtă istorie a ereziilor, cuprinde și o a treia parte, aceasta de unde ne vom informa în legătura cu cele două feluri de frică, și care, este de fapt o culegere de texte împrumutate de la înaintași și sistematizate, despre adevărurile fundamentale ale religiei creștine, tradusă în 1151 de Burgondius din Pisa, cu titlul *De fide orthodoxa* ¹⁹³.

¹⁹⁰ φόβος, οὐ, ὅ = 1) motiv de frică, de teamă Rm.13, 3; 2) teamă, frică, spaimă, groază Lc.1, 12; Rm.8, 15; 1Cor.2, 3; 2Cor.7, 11; 7, 15; Evr.2, 15. (Maurice Carrez & François Morel, *Dicționar grec-român al Noului Testament*, Societatea biblică interconfesională din România, București, 1999, p.309.)

¹⁹¹ William Barclay, *Analiză semantică a unor termeni din Noul Testament*, Societatea Misionară Română, Wheaton, Illinois U.S.A., 1992, pp.213-214.

¹⁹² Sfântul Ioan Damaschin, *Dogmatica*, Editura Institutului Biblic și de Misiune al Bisericii Ortodoxe Române, București, 2005, p.12.

¹⁹³ Etienne Gilson, *Filosofia în Evul Mediu*, Editura Humanitas, București, 1995, p.83.

Încă de la începutul capitolului XXIII, *Despre teamă*, Sfântul Ioan Damaschinul ne atrage atenția spre sensul dublu al temerii ¹⁹⁴.

2.1.1. Frica firească

„Este o *teamă firească* atunci când sufletul nu vrea să se despartă de corp, din pricina dragostei naturale și a familiarității cu el, pusă în el de la început de Creator, în virtutea căreia, în chip firesc, se teme, agonizează și evită moartea. Definiția acestui afect de teamă este următoarea: *teama firească* este o putere prin care omul se alipește de existență” ¹⁹⁵.

Astfel, omul, determinat de această frică, apare ca lipit de existență, atașat de viață, temându-se de tot ceea ce i-ar putea-o distruge sau smulge și repugnând și repudiind orice nonexistență sau îndemn spre aceasta. Iar Sfântul Ioan Damaschin argumentează în acest sens că, toate au fost aduse de Creator (Dumnezeu) de la neexistență la existență, ele având în chip firesc dorința de a exista și teama de a nu exista, caracterul firesc al acestora fiind tendința spre cele ce mențin firea (natura) ¹⁹⁶. Și Sfântul Maxim Mărturisitorul († 662) relevă această tendință spre unitate a omului: „cele ce sunt făcute din cele ce nu sunt au și puterea de persistență în Cel ce este (Dumnezeu), iar nu în ceea ce nu este, iar propriu acestora după fire este pornirea spre cele ce le susțin și ferirea de cele ce le strică, această năzuință făcând parte dintre *logoi* (rațiunile) pe care Dumnezeu i-a sădit de la început (în firea omenească) prin creație; această *frică după fire* fiind astfel o putere ce susține existența prin ferire (de cele ce ar putea-o distruge), cum ar fi stricăciunea și moartea, ce sunt contrare firii ¹⁹⁷. Prin urmare, această frică firească

¹⁹⁴ Sfântul Ioan Damaschin, *Dogmatica*, op. cit., p.170.

¹⁹⁵ *Ibidem*.

¹⁹⁶ *Ibidem*, p.171.

¹⁹⁷ Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, Editura Sophia, București, 2001, p.186. Dar aceste *rațiuni* sunt „pur-intelectuale”, și nicidecum „pur-afective”, de vreme ce, după scriitorii bisericești, în starea primordială, omul era călăuzit doar de rațiune, iar afectele fiind doar urmări ale căderii. Aici apare ideea pe care am întâlnit-o și la Descartes, cum că, afectele (pasiunile) *sunt cele care pun sufletul să*

corespunde instinctului de conservare ¹⁹⁸ înfățișându-se ca ceva de nestăpânit ce se ridică în noi orice am face și orice am gândi, dominându-ne de dinaintea noastră și din adâncul nostru ¹⁹⁹. Cu toate acestea, existența umană depinde de Dumnezeu-Creatorul, și chiar în această stare postlapsariană ²⁰⁰, dar restaurată, a condiției umane, dar și a întregii creații, omului nu îi este desființată libertatea voinței (această voință a sufletului rațional, care e gata să se miște spre orice ar vrea ²⁰¹, această reflecție a chipului lui Dumnezeu din om). Aceasta nu este o teamă impusă, ci este un impuls ontologic, căci tot ceea ce ne scoate, sau încearcă să ne scoată din această existență, ca dat al lui Dumnezeu, activează repulsia pentru acel ceva/cineva, înțelegând astfel că omul, și prin om întreaga natură, trebuie să fie răspunsul existențial la chemarea lui Dumnezeu - chemare care crează ființele - în vederea unei comuniuni trăite cu El ²⁰². Astfel că, dacă va vrea să îi facă loc lui Dumnezeu în existența lui, în totalitatea persoanei lui, omul va putea, povățuit fiind de Duhul Sfânt, să realizeze modul personal de existență al lui Dumnezeu, singurul mod în care el primește posibilitatea unei identități *ipostatice* (dincolo de spațiu, de timp și de limitări naturale), adică de a fi un *ipostas* de viață ce depășește mortalitatea și limitările naturii sale. Prin urmare, din clipa când persoana umană va refuza această chemare și comuniune care o întemeiază, din clipa când își va căuta cu ardoare (pasiune) independența naturală și existențială, ea se va pierde pe sine ²⁰³. Așadar, în discuție intră și păcatul, acest „eșec existențial”, acest „fel de inexistență”, acest „mod de existență împotriva existenței și contra naturii”. Căci dacă ținta, țelul naturii omenești este propria desăvârșire

lucreze în folosul corpului, direcționându-l spre cele vremelnice, și nu spre cele veșnice, spre cele dumnezeiești, sau, cum ar spune Spinoza, cu cât de multe idei neadecvate se va lăsa umplut omul, cu atât de mult va fi sub influența pasiunilor. De aici, și problema pe care o vom întâlni mai târziu, cu privire la afectele ireproșabile (firești) și timpul apariției lor.

¹⁹⁸ *Ibidem*.

¹⁹⁹ Gabriel Liiceanu, *Despre limită, op. cit.*, p.45.

²⁰⁰ După căderea în păcat.

²⁰¹ Monah Teoclit Dionisiatul, *Tâlcuiri la Filocalie 2 - Sfântul Diadoh al Foticeii - Capete despre cunoștință*, Editura Sfântul Nectarie, Arad, 2008, p.21.

²⁰² Christos Yannaras, *Libertatea moralei*, Editura Anastasia, București, 2004, p.24.

²⁰³ *Ibidem*.

existențială în sfera infinită a alterității și a libertății personale izvorâtă din împărtășirea vieții lui Dumnezeu, păcatul este acest eșec, această neputință de a o atinge ²⁰⁴. Așadar, ar trebui să ne temem și de păcat de vreme ce el este „o cădere în afara Ființei” și implicit, o rupere a legăturii cu Dumnezeu, singurul Care ne potențează și din pricina Căruia noi existăm și în comuniune cu Care noi ne vom împlini (desăvârși) ca persoane. Dacă conștientizăm aceste lucruri, ar trebui să deducem că măsura cu care ne temem de moarte (modul particular de manifestare a fricii firești, a despărțirii sufletului de trup) trebuie să fie aceeași cu măsura fricii față de păcat, „pentru că plata păcatului este moartea, dar harul lui Dumnezeu este viața veșnică întru Hristos Iisus, Domnul nostru”(Romani 6, 23). Prin urmare, și frica față de păcat intră în prima categorie a fricii firești, dacă moartea este înțeleasă ca despărțire de Dumnezeu (despărțire datorată păcatului), căci acea despărțire a sufletului de trup, poate fi văzută tot ca o despărțire de Dumnezeu, de vreme ce Dumnezeu nu le-a creat pentru a fi despărțite, și de vreme ce nu este conștientizat faptul că sufletul va fi și în continuare în comuniune cu Izvorul lui și că la cea de-a doua venire a Mântuitorului, el va fi reunit într-un mod cu totul aparte cu trupul său. Chiar dacă îi va încerca frica morții (a despărțirii sufletului de trup) pe cei ce au cunoscut pe Dumnezeu, aceasta nu va fi atât de intensă, ca în cazul unora ce nu L-au cunoscut pe Dumnezeu și implicit, existența umană cu scopul și potența ei. Dumnezeu l-a creat pe om cu trup și suflet, în unitate deci, și este firesc ca despărțirea celor două să fie trăită ca o ieșire din sfatul Lui, din gândul Lui cu privire la natura umană și scopul ei. Iar prin Iisus Hristos s-a revelat faptul că, cele două elemente constitutive persoanei umane vor fi unite și în Împărăția Cerurilor, în veșnica comuniune a Omului cu Dumnezeul - Treime. Așadar, această despărțire temporară poartă în ea un gram de frică firească, gram pe care ar trebui să îl simțim în fiecare păcat, bineînțeles conștientizat. Dacă omul va fi conștient că păcatul este un refuz la chemarea (vocația) pe care Dumnezeu i-o adresează, un refuz

²⁰⁴ *Ibidem*, pp.28-29.

la scopul pentru care a fost creat și anume, îndumnezeirea (după har, prin participare la viața divină), atunci va putea înțelege că toate acestea (păcate) se vor cumula și se vor răsfrânge și vor influența „calitatea” morții ce va surveni și implicit, vor determina și „calitatea” fricii pe care cei în cauză o vor simți la momentul respectiv. De aceea Sfinții Părinți pun accent pe conștientizarea păcatelor și pe mărturisirea acestora. Sfântul Isaac Sirul spune că cel ce își vede propriile păcate este mai mare decât cel care invie morții ²⁰⁵, iar Părintele Arsenie Boca precizează că din momentul în care omul cunoaște că este păcătos, se schimbă din vrăjmas al lui Dumnezeu în prieten al Său ²⁰⁶. Tot el mai precizează că atâta vreme cât ținem păcatele nemărturisite, ascunse cu voia, atâta vreme atârână pedeapsa lor asupra noastră, iar de îndată ce le mărturisim împreună cu vinovația, Dumnezeu va înlătura primejdia morții ce planează asupra noastră ²⁰⁷. Dar aici Părintele Arsenie nu se referă doar la moartea biologică, urmare a eșecului existențial al protopărinților urmat de îmbrăcarea lor cu acele „tunici din piele” (gr. *dermatinoi chitones*) ce simbolizează ipostasul biologic ce acoperă alteritatea *personală* a omului; nu se referă doar la moartea aceasta îngăduită de Dumnezeu ca urmare a acestei îmbrăcări, moarte ce este limitată doar la individualitatea noastră biologică cu energiile sale naturale (psiho-somatice), moarte ce pune astfel limite și sfârșit păcatului ca eșec al vieții: „pentru ca răul să nu devină nemuritor” ²⁰⁸.

Poate fi vorba și despre această moarte, care, prin milostivirea lui Dumnezeu poate fi înlăturată, pentru o vreme, cu scopul adâncirii în pocăință a celor ce își mărturisesc păcatele și urmează cursul firesc al

²⁰⁵ Sfântul Isaac Sirul, *Filocalia*, vol.X, Editura Humanitas, București, 2008, p.174: „Cel ce-și simte păcatele lui e mai bun decât cel ce scoală morții prin rugăciunea lui, când locuiește în mijlocul multora”. Fragmentul este cuprins în *Cuvântul despre tăcere*, prin care se încearcă o explicare a nevoii de *tăcere* -trebuincioasă ajungerii în taina isihiei, a liniștirii duhovnicești - nevointă la care, cu greu pot ajunge cei ce locuiesc „în mijlocul multora”, în viața de obște (schit, mănăstire) sau în oraș.

²⁰⁶ Părintele Arsenie Boca, *Mare îndrumător de suflete din secolul XX - O sinteză a gândirii Părintelui Arsenie în 800 de capete*, Editura Teognost, Cluj-Napoca, 2002, p.128.

²⁰⁷ *Ibidem*, p.126.

²⁰⁸ Christos Yannaras, *Abecedar al credinței*, Editura Bizantină, București, 2007, pp.111-112.

vieții liturgice, cea „viață a Bisericii în Duhul Sfânt”. Dar cred că aici, Părintele Arsenie vizează cea moarte veșnică, cea neputință de a răspunde cu iubire, iubirii lui Dumnezeu, de vreme ce păcatul ne temeluiește această neputință. El pare să se refere la acel infern, acel chin de a nu putea să mai iubești din moment ce substanța relației dintre om și Dumnezeu - iubirea - a fost împrăștiată și respinsă prin păcat, în răstimpul existenței noastre terestre. Prin acel „va înlătura primejdia morții ce planează asupra voastră”, el atrage atenția asupra înstrăinării noastre de Dumnezeu și de calea cea firească a comuniunii cu El, care, dacă aici (pe pământ) nu va fi simțită, riscă să nu fie simțită și în eternitate, eternitate ce poate fi pregustată tocmai aici pe pământ, prin încadrarea noastră normală în normalitatea (sfînțenia) Vieții Bisericești. Dar această eternitate poate fi benefică sau nu. Această înstrăinare a noastră de Dumnezeu, poate fi prelungită în veșnicie, iar fiecare păcat nu face altceva decât să ne împărtășească, puțin câte puțin, cu amărăciunea iadului, care, în veșnicie va fi infinit mai mare. Pentru a evita cea existență în non existență, Părintele Arsenie atrage atenția asupra nevoii indispensabile a omului de spovedanie, prin care omul va fi luminat la minte, va fi liniștit, câștigând din nou nevinovăția

209.

Dar cu păcatele, aceste înfrângeri morale ale sufletului de către gândurile rele ²¹⁰, trebuie să luptăm, printr-o îndelungată și laborioasă muncă duhovnicească ce implică mai mult decât spovedania, implică toată viața, folosindu-ne de această existență în timp, cu scopul de a câștiga veșnicia. Dar în general, Sfinții Părinți, când fac referire la moarte sau la frica de moarte, ei atrag atenția asupra morții veșnice în care poți intra dacă nu te-ai străduit cum trebuie în existența aceasta să câștigi veșnicia alături de Dumnezeu ²¹¹ ; moartea cea veșnică poate

²⁰⁹ Părintele Arsenie Boca, *op. cit.*, p.165.

²¹⁰ *Ibidem*, p.126.

²¹¹ Sfântul Vasile cel Mare, *Omilia la Psalmul 33*, apud Sfântul Ignatie Briancianinov, *Cuvânt despre moarte*, Editura Sophia & Editura Cartea Ortodoxă, București, 2007, pp.274-275: „Îți voi lămuri frica mântuitoare, frica prin care se dobândește sfînțenia, frica ce se arată în suflet din exersare, nu dintr-o patimă ce se întâmplă în el. *Când vei vedea că ești atras în vreun păcat*, atunci, te rog, gândește-te la înfricoșatul și nesuferitul județ (judecată) al lui Hristos, la care Judecătorul va ședea pe scaun înalt și ridicat, și toată făptura îi va sta înaintea, plină de cutremur pricinuit de slava

surveni oricând prin deschiderea porții morții biologice, dacă cel ce se nevoiește nu și-a dat silința spre comuniunea cu Dumnezeu, și de aceea apare această grijă a curățirii de păcate și această teamă de moarte chiar și față de cea biologică, căci după aceasta sufletului îi va fi foarte greu, dacă nu chiar imposibil să se întrezeze.

Grăitoare pentru afirmațiile și accepțiunile de mai sus cu privire la frica de moarte și cea față de păcat sunt cuvintele unuia dintre marii sfinți cuviosi ai Bisericii noastre, Sfântul Siluan Athonitul: „Domnul ne iubeste și de aceea nu ne putem teme de nimic, afară de păcat, pentru că prin păcat se pierde harul și fără harul lui Dumnezeu, vrăjmașul vânează sufletul, așa cum vântul sau fumul mână o frunză uscată”²¹². [...] Sfântul care a cunoscut pe Domnul nu se teme de nimic, afară de păcat, și îndeobște de păcatul mândriei. El știe că Domnul ne iubeste, iar dacă El ne iubeste, de ce să ne temem? Domnul Cel Milostiv ne-a trimis prin aceasta povața: <<Copiii mei, pocăiți-vă și trăiți în iubire, fiți ascultători și înfrânați, învățați de la Mine smerenia și blândețea și veți afla odihnă sufletelor voastre>>(Matei 11, 29)²¹³. [...] Până n-a cunoscut harul dumnezeiesc, sufletul se teme de moarte²¹⁴. [...] Sufletul care a cunoscut iubirea lui Dumnezeu în Duhul Sfânt încearcă în ceasul morții o anume frică atunci când îngerii îl duc spre Domnul, deoarece, trăind în lume, se știe vinovat de păcate. Dar când vede pe Domnul, se bucură de Fața Lui milostivă și blândă, căci după mulțimea blândeții și iubirii Lui, Domnul nu-și mai aduce aminte de păcatele sale”²¹⁵.

arătării Lui. Fiecare dintre noi - aceasta se va întâmpla negreșit - va fi adus înaintea Lui și se va cerceta ce a lucrat fiecare în viața sa. După aceea, la cei care au săvârșit mult rău în vremea vieții pământești vor veni îngeri cumpliți, posomorâți, care aruncă *văpăi* din ochi, care suflă *foc*, cu fața asemeni *noptii* prin cruzimea și ura pe care le vădesc față de oameni. După aceea, închipuiește-ți o prăpastie adâncă, un întuneric de nepătruns, un foc lipsit de strălucire, ce are putere să ardă în întuneric; în continuare, un soi aparte de viermi veninoși și mâncători de carne, care rod cu nesăț și nu se satură vreodată, pricinuind dureri de neîndurat; în fine, pedeapsa mai grea decât oricare, blestemul și lepădarea veșnică. De acestea teme-te! Învățat de *această frică*, ține ca într-un frâu *sufletul tău, ferindu-l de dorințele necurate*”.

²¹² Cuviosul Siluan Athonitul, *Între iadul deznădejzii și iadul smereniei*, Editura Deisis, Sibiu, 2001, p.95.

²¹³ *Ibidem*, p.254.

²¹⁴ *Ibidem*, p.282.

²¹⁵ *Ibidem*, p.283.

Vedem aici înscrisurile experienței unui om firesc, strămutat în ceata Sfinților, în lumina căroră, comasate cu afirmațiile anterioare, putem înțelege firescul fricii de moarte, moarte văzută ca taină, „acea naștere a omului din viața pământească, vremelnică, în veșnicie” ²¹⁶, precum putem vedea și depășirea acesteia prin harul lui Dumnezeu. Prin urmare, moartea și frica intrinsecă acesteia sunt depășite prin ajutorul lui Dumnezeu și consimțământul omului, consimțământ ce implică și o tăiere a voii proprii, predându-se astfel voii lui Dumnezeu, activitate ce trebuie să urmeze un curs firesc în care frica suferă anumite transformări ajungând să fie ceva foarte fin în relație cu iubirea, frică devenită o temere de a nu fi despărțit de Dumnezeu, denumită și frica lui Dumnezeu, despre care vom vorbi într-un alt subsubcapitol.

2.1.2. Patimile (afectele) firești și nepăcătoase (ireproșabile). Depășirea fricii prin Iisus Hristos

Dacă am vorbit despre această frică firească a omului și despre posibilitatea transgresării ei, este necesară și o încadrare mai precisă a ei în natura umană, precum și clarificarea posibilității omului de a o depăși.

Pentru început vom preciza că, această teamă (frică) firească a omului este parte alcătuitoare categoriei patimilor (afectelor) firești și nepăcătoase (neprihănite) sau ireproșabile ale naturii umane. După Sfântul Ioan Damaschin ele reprezintă acele „afecte (patimi) ce nu sunt în puterea noastră, (în sensul că nu fac obiectul alegerii sau preferinței noastre) ²¹⁷, adică acelea care au apărut în viață din pricina condamnării prilejuite de călcarea poruncii (adică au intrat ca urmare a păcatului strămoșesc)” ²¹⁸. Iar acestea sunt: „foamea, setea, oboseala, durerea, lacrimile, coruptibilitatea, fuga de moarte, frica, agonia [...] care există

²¹⁶ Sfântul Ignatie Briancianinov, *Cuvânt despre moarte*, Editura Sophia & Editura Cartea Ortodoxă, București, 2007, p.5.

²¹⁷ Arhim. Hierotheos Vlachos, *Predici la Marile Sărbători*, Editura Egumenița, Galați, 2004, p.40.

²¹⁸ Sfântul Ioan Damaschin, *Dogmatica*, op. cit., p.167.

în chip firesc în toți oamenii” ²¹⁹. Prin coruptibilitate nu se înțelege doar posibilitatea rănirii trupului, a sensibilității la chinuri, ci și mortabilitatea. Totuși, pentru a înțelege mai bine mecanismele fricii după fire, trebuie să lărgim cadrul acestui subiect.

„După Sfinții Părinți, patimile (afectele) ce împovărează natura omenească sunt de două feluri: unele *reproșabile*, păcătoase, necinstite și altele *ireproșabile*, care sunt simple pedepse ale păcatului” ²²⁰. Sfântul Maxim Mărturisitorul afirmă cu privire la cele dintâi că, ele desfigurează cu totul natura noastră, iar celelalte o caracterizează, primele fiind considerate potrivnice firii, pe când celelalte (ireproșabile) sunt privite ca elemente constitutive ale naturii noastre, deși deseori le numește *pedepse* (gr. *pathe tez epitimiaz*) ²²¹.

Cu toate acestea, Părintele Dumitru Stăniloae este de părere că aceste „trăsături patice ireproșabile” n-au lipsit cu totul din starea primordială a omului, ci ele au existat, dar într-o formă mai redusă, fiind accentuate și actualizate prin puterea păcatului. Astfel, precizează el: „trebuința de hrană, de odihnă a avut-o Adam și înainte de cădere, deși nu în măsura de după aceea. Mortabilitatea era, nu ca necesitate, ci ca posibilitate și atunci în firea lui” ²²². La aceste patimi ireproșabile omul nu participă cu voia sa, ci le suportă exclusiv în natura lui. „Trăsăturile acestea patice sunt slăbiciunile ce se produc în fire ca un ecou durabil, dar și ca o accentuare a unor posibilități din ea, în urma păcatului săvârșit pe baza condiției ipostatice a omului” ²²³. Patimile păcătoase însă, pătrund în fire ca forțe ce duc natura în mod pasiv, dar păstrând continuu și o latură activă ipostatică, neputându-se actualiza decât prin consimțământul acesteia din urmă. Aceste patimi păcătoase diferă de la persoană la persoană, putându-se diminua treptat până aproape de dispariție, pe când cele ireproșabile, precum cele ce țin de natura, nu pot fi desființate, ele rămânând oricât s-ar îmbunătăți omul

²¹⁹ *Ibidem*.

²²⁰ Părintele Dumitru Stăniloae, *Iisus Hristos sau Restaurarea Omului*, Editura Omniscop, Craiova, 1993, p.169.

²²¹ *Ibidem*, p.171.

²²² *Ibidem*, pp.178-179.

²²³ *Ibidem*, p.179.

ca elemente neschimbate și generale ale firii omenești ²²⁴. Înțelegem astfel, că aceste afecte neprihănite au un caracter prin excelență pasiv, spre deosebire de păcat, care deși potrivit cu numirea lui de patimă, îl doboară de asemenea pe om la starea de pasivitate, totuși e săvârșit cu participarea activă a omului, fiind în strânsă legătură cu dispoziția umană internă - gr. *gnome* (păreră proprie, discreționară) ²²⁵. Între aceste afecte nepăcătoase întâlnim, după cum am văzut, și frica, fie sub forma unei temeri de ceva sau de cineva ce ne-ar putea pune în pericol existența, fie simpla „frică de moarte, ce aparține în mod firesc trupului nostru” ²²⁶, teamă pe care o simțea și Adam înainte de cădere (dar într-o formă mai redusă) și pe care o va simți într-un mod mai accentuat după cădere. Totuși, această teamă poate fi transgresată. Cum? Simplu. Prin posibilitatea pe care Iisus Hristos a dăruit-o întregii omeniri (Omului întreg, Întregului Adam) de a-și depăși, atât condiția naturală postlapsariană, cât și pe cea paradisiacă în care se aflau Adam și Eva înainte de cădere. Această posibilitate apare ca o consecință a iubirii lui Dumnezeu manifestată „la plinirea vremii” prin întruparea Fiului lui Dumnezeu, Iisus Hristos, urmată de activitatea Lui, de Patimile cele de viață dătătoare ale Lui, de Moartea Lui pe cruce, de Învierea Lui și nu în ultimul rând de Înălțarea Lui la ceruri, la Tatăl și șederea de-a dreapta Acestuia. Prin această lucrare, *bunăvoită* a Lui ²²⁷, Hristos a mântuit întregul neam omenesc și l-a rezidit, dăruind omenirii o natură fără asemanare, mai presus decât cea pe care o avea în starea paradisiacă. Această activitate a Lui, cu scopul de îndumnezeire a omului, și prin om a întregii creații, a întregii materii, nu ar fi fost

²²⁴ *Ibidem*.

²²⁵ *Ibidem*, p.174, p.179.

²²⁶ *Ibidem*, p.182.

²²⁷ După Sfinții Părinți, Dumnezeu are o singură voie, dar uneori ea este sub formă de *bunăvoință*, iar alteori sub formă de *îngăduință*. Dumnezeu a îngăduit păcatul (neputând încălca libertatea omului), dar El nu l-a voit, nu l-a plănit. Prin urmare, cele două voi sunt diferite. Întruparea Fiului lui Dumnezeu a fost voia lui Dumnezeu după bunăvoință numită și *voire anterioară* (Matei 3, 17; Marcu 1, 11; Luca 2, 14; 3, 22), rezultând de aici că Întruparea lui Hristos a fost „programată” de Dumnezeu fără a depinde de căderea omului, fiindcă ziditul putea să fie mântuit numai prin unirea sa cu neziditul în Ipostasul Cuvântului, întruparea Fiului lui Dumnezeu fiind scopul final al creației, creație ce-și găsește împlinirea doar în Întruparea lui Dumnezeu Cuvântul. Consecințe ale căderii au fost Patimile, Răstignirea și Moartea lui Hristos. Pentru mai multe detalii vezi Arhim. Hierotheos Vlachos, *Predici la Marile Sărbători*, op. cit., pp.29-30, pp.90-91, pp.313-315.

posibilă fără întruparea Sa, acea deșertare a Sa, numită și *chenoză*, despre care Sfântul Maxim Mărturisitorul spune că: „este planul sfânt pentru care s-au făcut toate, care de la început a fost gândit, și nu a survenit ca urmare a ceva. Substanța tuturor lucrurilor a fost creată de Dumnezeu pentru acest scop” ²²⁸, adică pentru Întrupare.

Iar ca rezultat al Întrupării a fost și faptul că, îmbrăcând firea omenească, Hristos a luat și patimile firești și nepăcătoase, asumându-și toate câte aparțin omului „ca pe toate să le sfințească” ²²⁹, afară de păcat; astfel că, prin toate evenimentele mântuitoare rânduite de sfânta iconomie (întruparea, propovăduirea, pătimirea, moartea, învierea, înălțarea la ceruri și șederea de-a dreapta Tatălui), prin isпитirile (încercările) acestea pe care le-a învins, a dăruit firii omenești (unită cu cea divină într-un mod neamestecat, neschimbat, neîmpărțit și nedespărțit) biruința asupra puterilor întunericului și implicit, asupra ispitelor, și prin urmare, a dat tuturor oamenilor (până la cel din urmă care se va naște) „puterea de a învinge pe dușman” ²³⁰, și totodată, puterea de a depăși aceste afecte firești, printre care și frica, foamea, setea, etc., prin mijlocirea cărora a fost ispitit Adam, și suntem și noi. Așadar, prin îndumnezeirea firii umane în Ipostasul divino-uman al lui Iisus Hristos s-a revelat „învingerea (victoria) firii învinsă odinioară” asupra „învingătorului de altă dată, prin aceleași ispite prin care a fost învinsă” ²³¹. „Cel rău L-a ispitit pe Hristos din afară, și nu prin gânduri, la fel ca și pe Adam. Căci și pe acesta nu l-a ispitit prin gânduri, ci prin șarpe” ²³². Domnul însă a respins ispita și ca fumul a împrăștiat-o, pentru ca să fie învinse și de noi afectele care L-au ispitit pe El și pe care le-a învins, și Adam cel nou (Hristos Iisus) să-l mântuie pe Adam cel vechi ²³³ (firea omenească, atât din starea anterioară căderii, cât și cea de după cădere) ²³⁴.

²²⁸ Arhim. Hierotheos Vlachos, *op. cit.*, p.313.

²²⁹ Sfântul Ioan Damaschin, *Dogmatica, op. cit.*, p.167.

²³⁰ *Ibidem*.

²³¹ *Ibidem*.

²³² Prin șarpe spre roada pomului cunoștinței binelui și al răului, și prin rod ispitirea stârnind gând potrivit firii umane și implicit, voii lui Dumnezeu.

²³³ *Ibidem*, pp.167-168.

²³⁴ Părintele Dumitru Stăniloae, *Iisus Hristos sau Restaurarea Omului, op. cit.*, p.170.

Dacă prin Întruparea Sa, Hristos a luat trup supus patimii și morții, și, desigur a luat și toate patimile nepăcătoase, în mod firesc, I s-a făcut frică (Matei 26, 37-38; Ioan 12, 27). Iar „dacă toate energiile trupești ale omului care atinge pragul îndumnezeirii ajung să se suspende, cu precădere în timpul vederii de Dumnezeu, cu atât mai mult acest lucru se petrecea în cazul lui Hristos, căci în El nu exista ceva care să fie impus. De aceea, îi era foame, sete sau teamă numai atunci când El consimțea și, de asemenea, a murit atunci când a voit. Cu alte cuvinte, patimile nu aveau putere asupra lui Hristos, pentru că Hristos era Cel care avea putere asupra patimilor”²³⁵. Dar Hristos, și prin El firea omenească, nu a stăpânit și transgresat doar frica firească, ci și pe cea nefirească (pe care o vom studia în subsubcapitolul următor) constitutivă categoriei patimilor păcătoase (reproșabile).

Spuneam mai devreme că prin mijlocirea afectelor nepăcătoase a fost ispitit Adam (și a păcătuț), și prin urmare suntem și noi ispitiți. Faptul că Iisus Hristos a îndumnezeit firea omenească nu înseamnă că noi nu mai putem fi ispitiți, ci putem fi ispitiți, dar prin El și în El, ni s-a dat și avem posibilitatea de a învinge ispitele, astfel că, numai ancorați în El putem depăși limitele umanului. Iar depășirea afectelor păcătoase (mișcări contra firii) prin mijlocirea celor nepăcătoase ține de relația lor, căci în natura omenească ipostasiată este cu neputință să nu se manifeste o legătură internă vie între cele două feluri de afecte²³⁶. Această relație a celor două feluri de patimi (afecte) este descrisă de Părintele Stăniloae pornind de la natura omenească ipostasiată în forma personală. După el, patimile ireproșabile din natura omenească, considerată în abstract, primesc un relief păcătos numai în starea ei ipostasiată, adică în starea ei de natură realizată (nu simplu gândită) existând concret prin sine însăși, deci, în ipostasie. Întrucât existența ei concretă este legată în mod normal de condiția de a fi „prin sine însăși”, faptul acesta implică configurația păcătoasă a afectelor nepăcătoase. Dacă ar fi posibilă, spune părintele, o altă existență concretă a naturii omenești decât „prin sine însăși”, nu ar mai fi

²³⁵ Arhim. Hierotheos Vlachos, *Predici la Marile Sărbători*, op. cit., p.40, p.41.

²³⁶ Părintele Dumitru Stăniloae, op. cit., p.172.

indispensabilă contaminarea afectelor ireproșabile de către cele reproșabile. Dar în Iisus Hristos există o asemenea existență concretă (ipostasiată) a naturii omenești, dar nu printr-un ipostas propriu omenesc, ci prin Ipostasul Dumnezeu-Cuvântului, adică prin Ipostasul lui Iisus Hristos ²³⁷. Dar dacă El și-a însușit aceste afecte nepăcătoase, fără ca ele să fie înrâurite de cele păcătoase, căci „n-a săvârșit vreun păcat, nici s-a aflat vicleșug în gura Lui” (1 Petru 2, 22), cum se face că noi am primit biruința asupra păcatului? Răspunsul îl aflăm tot la Părintele Stăniloae, care, plecând de la scrierile Sfântului Maxim Mărturisitorul († 662) afirmă că, *păcatul* stă în aplecarea omului în direcția opusă voii lui Dumnezeu, manifestată prin *gnome* - acea dispoziție internă preferențială a omului ce se manifestă atunci când îi sunt oferite două obiecte sau direcții, tot atât de bine susținute și omul este pus astfel în situația de a alege între ele, putând să aleagă (prin această dorință, părere proprie) chiar pe cel/cea mai puțin întemeiat/ă, când chibzuiala nu le prezintă ca egale ²³⁸. Această dispoziție internă a noastră - *gnome* - poartă în general caracterul de păcat în doctrina Sfântului Maxim și ea, împreună cu opțiunea provocată de ea, ca manifestare a ipostasului, nu este admisă de Sfântul Maxim în Iisus Hristos ca om, căci în El decizia e luată de Ipostasul divin, bunul plac al omului neputând fi validat în El, voia omenească subordonându-se întru totul celei dumnezeiești ²³⁹. „Atât ea (*gnome*), cât și opțiunea provenită din ea își datorează posibilitatea dubiului în care se află omul, nefiind deplin în clar cu ce e mai bine. Unde adevărul e pus în afară de orice îndoială, ele nu sunt posibile. De aceea, în Iisus Hristos ele nu pot exista. Voința omenească a Lui e numai o mișcare dreaptă spre binele pus în evidență absolută de prezența dumnezeirii” ²⁴⁰, căci atunci „când adevărul e evident, voința nu e decât lansarea în linie dreaptă a dorinței firii după ceea ce este potrivit pentru ea, iar aceasta e binele, căci ce se potrivește ființei ca o creatură a lui Dumnezeu trebuie să fie

²³⁷ *Ibidem*, pp.171-172.

²³⁸ *Ibidem*, p.174, p.176.

²³⁹ *Ibidem*, p.174.

²⁴⁰ *Ibidem*, pp.174-175.

și bun” ²⁴¹ și implicit, „firea, nevrând decât cele potrivite cu ea, vrea în mod implicit binele, căci ea fiind de la Dumnezeu, nu poate fi decât bună ca și ceea ce se potrivește cu ea” ²⁴² adică tot ceea ce o îndumnezeiește.

Dar în existența ei concretă, ipostatică, când trebuie să-și precizeze obiectele voinței, din cauza *condiției sale limitate*, poate alege răul, lucru ce nu se poate întâmpla într-o existență concretă a ei, sub lumina adevărului, așa cum se află în Ipostasul Logosului (Cuvântului) sau chiar în oamenii îmbrăcați cu Hristos. Aceasta se întâmplă deoarece firea este bună prin sine doar într-o stare virtuală, stare de plinătate la care poate să ajungă doar prin potrivirea (adaptarea) voii sale cu voia lui Dumnezeu, firea actualizându-se astfel nepăcătos, căci voia ei nu se va dezvolta în *gnome* producătoare de păcat, ci ea se va manifesta ca o voie, dar ea nu va fi o realitate independentă, ci unificată cu *gnome* ipostasului unic. Numai atunci firea rămâne în făgusul ei firesc ²⁴³. Rezultă de aici, că numai concretizarea în ipostas a firii omenești opuse naturii firești a lucrurilor pe care a creat-o Dumnezeu cu scopul înduhovnicirii ei, „Duh este Dumnezeu” (Ioan 4, 24), această concretizare (ipostasiere) în afara voii lui Dumnezeu, este păcat. Dar concretizarea ei în Ipostasul Cuvântului lui Dumnezeu nu a fost una păcătoasă, păcatul neputând să se manifeste în activitatea Ipostasului divino-uman, firea umană ascultând de cea divină tocmai în virtutea faptului că ea dorește ce e firesc (normal) pentru ea și anume, existența ei în ființarea dumnezeiască, în viața Sfintei Treimi, de vreme ce noi, „zidiți suntem de Dumnezeu după chipul Său”, pentru viața „după asemanarea Sa, adică pentru îndumnezeirea noastră finală: împărtășirea Vieții Dumnezeiești în toată plinătatea sa” ²⁴⁴.

Pentru o cristalizare a mecanismelor fricii firești și a celei nefirești trebuie precizat faptul că, în ipostasurile umane nu se poate face o

²⁴¹ *Ibidem*, p.175.

²⁴² *Ibidem*, p.177.

²⁴³ *Ibidem*, pp.177-178.

²⁴⁴ Arhim. Sofronie, *Vom vedea pe Dumnezeu precum este*, Editura Sophia, București, în colaborare cu Editura Reîntregirea, Alba Iulia, 2006, p.160.

separație precisă între afectele firești și cele nefirești, deoarece, la oricare dintre slăbiciunile noastre se alipește păcatul, datorită laturii noastre ipostatice. Spre exemplu, dacă omului îi este foame, foamea aceasta naturală (firească) se poate transforma într-o foame păcătoasă, datorită unirii cu ea a poftei după un anumit aliment, ca *gnome* a stării ipostatice. Însă Iisus Hristos putea suferi chinul foamei (Luca 4, 2) fără a o însoți de acea poftă dezordonată, automată, după un anumit aliment, reușind să fie stăpân pe Sine, prin voia Sa ce aștepta hotărârea subiectului divino-uman ²⁴⁵, astfel că, El nu a căutat să ocolească suferințele prin acceptarea ispitelor, ci și le-a însușit direct proporțional cu încordarea Lui voluntară ²⁴⁶. Prin urmare, El lupta cu suferința nu în modul nepăsător al celui ce știe că nu poate suferi, că nu poate fi atins de ispită, ci lupta cu conștiința că această imunitate și-o datorează tocmai încordării Lui de voință, ce coincide cu ea, căci nu poate cădea în ispită, pentru că voința Lui nu poate să stea impasibilă și să nu lupte încordat, dar biruitor, cu suferința ²⁴⁷. În acest sens, Sfântul Maxim Mărturisitorul precizează că păcatul nu s-a grefat, totuși pe firea umană, ci pe forma ei obișnuită de existență concretă în ipostas autonomist, autonomie în care firea umană există în mod natural și deviat de la cursul ei firesc dorit de Dumnezeu, păcatul putând astfel să apară în această ordine naturală autonomă cu „regularitate absolută”. Prin urmare, în Iisus Hristos a putut fi realizată firea umană într-un mod concret, dar cu ocolirea existenței ei obișnuite ipostatice, autonomiste, înfațișând-o astfel fără de păcat cu toate că și-a însușit afectele firești (naturale) incluse în firea umană ²⁴⁸. Astfel, „Iisus Hristos a luat firea omenească de după cădere, cu slăbiciunile ei aflate virtual încă înainte de păcatul strămoșesc, dar nu a luat-o în automatismul ei ipostatic, care constituie condiția păcatului” ²⁴⁹.

Prin luarea naturii omenești împovărată de capacitatea afectelor neprihănite, Iisus Hristos a dăruit firii omenești biruința asupra lor,

²⁴⁵ Părintele Dumitru Stăniloae, *Iisus Hristos sau Restaurarea Omului*, op. cit., p.179.

²⁴⁶ *Ibidem*, p.181.

²⁴⁷ *Ibidem*, p.182.

²⁴⁸ *Ibidem*, p.178.

²⁴⁹ *Ibidem*, p.179.

întărind-o și spiritualizând-o dinlăuntru în afară. Dat fiind faptul că, păcatul este înlesnit în fiecare om de aceste afecte, ele fiind „ușa prin care intră”, și știind că în Iisus Hristos păcatul nu a putut pătrunde prin mijlocirea lor - deoarece în El voința umană a fost ascultătoare în chip firesc de cea divină (căci dorea ce era firesc pentru ea), voința Lui divină neadmițând să fie covârșit de suferință și neadmițând pătrunderea păcatului -, înțelegem cum a putut Dumnezeu-Om să aibă o natură omenească deplină, lipsită de afecte păcătoase, și cum, prin asumarea celor nepăcătoase a biruit și asupra lor, dar și asupra celor păcătoase, fără să și le însușească pe cele din urmă. Prin urmare, „pătimirile Lui, în loc să fie vadurile prin care să intre păcatul, au fost zonele de foc care au ținut la distanță orice păcat, arzându-l în față și făcându-l să îngenuncheze înaintea naturii Lui omenești” ²⁵⁰.

Momentele ispitelor, pe care Hristos le-a trecut cu bine, coincideau cu momentele în care elementul pătimitor a produs acele suferințe culminante în natura umană a lui Iisus Hristos, oferind astfel păcatului maxima posibilitate de pătrundere în ființa Lui. Iar dacă în acele momente păcatul n-a putut pătrunde în natura Lui omenească, nemaiputând astfel să pătrundă vreodată, înțelegem că prin asumarea patimilor ireproșabile și prin transgresarea ispitelor, Iisus Hristos a redat voinței naturii noastre supremația, atât asupra lor, cât și asupra păcatului, păcat, pe care l-a luat asupra Lui, prin relație, „așa cum ne facem părtași la faptele și suferințele altora fără ca noi înșine să le săvârșim sau să le suportăm” ²⁵¹.

De fapt, asumându-și firea omenească, integrând-o în Ipostasul divino-uman, Iisus Hristos S-a substituit tuturor oamenilor în calitatea lor de păcătoși, astfel că, suferința Lui nu a fost doar cea rezultată de pe urma patimilor ireproșabile asumate de El, ci și cea din pricina durerii pe care o simte pentru păcatele tuturor, căci „El a purtat în Sine nu neamul Evreiesc (așa cum ar fi dorit-o Evreii), nu pe Romani, nu pe Greci, nu pe Sciți, ci întreaga omenire, întregul Adam, luând pe

²⁵⁰ *Ibidem*, pp.183-184.

²⁵¹ *Ibidem*, pp.184-185.

umerii Săi întreaga greutate a blestemului Pământului (Facere 3, 17) și povara tuturor patimilor”²⁵².

Prin urmare, Iisus Hristos și-a însușit și teama firească (frica conformă naturii) manifestată ca o mișcare de apărare prin contracțiune sau retragere, a transgresat-o, oferind firii omenești victoria și puterea asupra fricii de moarte, spiritualizând natura umană, tranfigurând-o și eliberand-o din inerția și neputința ei; conchizând astfel, că lupta din Ghetsimani cu teama de moarte și biruința asupra ei a fost lupta și biruința întregii omeniri datorită legăturii interne vii stabilită de El și prin El, cu toată omenirea.

Din toate aceste examinări rezultă că, rostul general al trăsăturilor patice ireproșabile (afectelor nepăcătoase) asumate de Iisus Hristos, e acela de punte între El și oameni, aruncând de la Sine în ființa semenilor, atât prin ele, cât și prin activitatea și cuvântul omenesc, o ancoră prin care i-a tras pe toți la El și în El, (pentru o unire și o unitate mântuitoare) arătându-și astfel dragostea Sa în forme sesizabile²⁵³. Dar asumându-și frica firească și biruind-o, Iisus Hristos a dat biruință și putere fiecărui om de a o înfrânge și pe cea nefirească (păcătoasă) descrisă de Părintele Stăniloae ca o frică firească, lipsită însă de dreapta judecată și însoțită de pierderea stăpânirii de sine²⁵⁴, frică pe care o vom analiza în cele ce urmează.

2.1.3. Frica nefirească - patimă (afect) păcătoasă - boală a sufletului

²⁵² Arhim. Sofronie, *Cuvântări duhovnicești*, vol. I, Editura Reîntregirea, Alba Iulia, 2004, p.161, p.347.

²⁵³ Părintele Dumitru Stăniloae, *Iisus Hristos sau Restaurarea Omului*, op. cit., p.186.

²⁵⁴ *Ibidem*, p.180.

Dacă la Descartes, Spinoza și în psihologia modernă, orice obiect poate deveni un obiect timeric, e de la sine înțeles că orice lucru de care ne alipim - nevăzându-l ca pe un dar al lui Dumnezeu pentru noi, creație a Lui, supunându-l exclusiv nevoilor noastre pervertite - poate deveni un obiect timeric, o cauză a fricii nefirești.

Această frică este un afect, o patimă nefirească (ce nu aparține naturii umane) și ca orice patimă păcătoasă, apare prin mijlocirea afectelor nepăcătoase, datorită acelei poftă personale discreționare *gnome* (de care am amintit în subsubcapitolul anterior), prin care păcatul se manifestă, păcat care, aducând cu sine întunecarea minții, oferă și un teren prielnic dezvoltării patimilor păcătoase ²⁵⁵.

În descrierea Sfântului Ioan Damaschin, frica nefirească apare ca „o teamă din trădarea gândurilor, din necredința și din neștiința ceasului morții, ca atunci când ne speriem în timpul nopții, când se produce vreun zgomot. Această teamă este contra firii - și o definim astfel: *frica contra firii* este teama provocată în noi pe neașteptate” ²⁵⁶.

La prima vedere, ea, pare identică cu cea firească, și este prin natura ei ²⁵⁷, căci cea firească este o atitudine naturală omului de a se feri de un obiect ce-i periclitează existența, dar existență văzută ca dar al lui Dumnezeu, pe când cea nefirească este aceeași frică (ca natură), dar care, nefiind conștientizată printr-o minte luminată de har, ci fiind accentuată ca dat al unei existențe rupte de un transcendent personal, ca firesc al unei lumi desacralizate unde omul vine fără rost și este purtat de vânturi, râvnind a neființei insensibilitate ²⁵⁸, ea apare ca o schimbare de direcție, de la ceea ce trebuia să fie o legătură cu Dumnezeu, la o joncțiune față de lumea aceasta, de bunurile din ea și față de desfătarea simțială rezultată din ele. Astfel că, ea se înfățișează ca o patimă păcătoasă grefată pe o altă patimă nepăcătoasă, și dezvoltată printr-o și într-o viață în divorț cu Dumnezeu, în care, „îndrăznirea cea către Dumnezeu” (1Ioan 3, 21) se pierde, legăturile cu

²⁵⁵ Hierotheos Mitropolit de Nafpaktos, *Persoana în tradiția ortodoxă*, Editura Bunavestire, Bacău, 2002, p.300.

²⁵⁶ Sfântul Ioan Damaschin, *Dogmatica*, op. cit., p.171.

²⁵⁷ Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, op. cit., p.189.

²⁵⁸ Zina Molcuț, *Simbolismul european*, vol.I, Editura Albatros, București, 1983, p.209, p.310.

El sunt vagi, iar responsabilizarea pentru realizarea unei vieți separate de Dumnezeu face ca omul să trăiască (deși nu în ochii obiectivi ai lumii desacralizate) într-o singurătate existențială, într-o continuă pregustare a morții, repetând la grade diferite acea frică a lui Adam, aceea agonie în fața morții ²⁵⁹.

Acel „m-am temut, căci sunt gol, și m-am ascuns” (Facere 3, 10) este reiterat în fiecare dintre noi, când nu avem o relație personală spre bine, cu Dumnezeu, și când îngrijindu-ne prin plăcere de iubirea trupească de noi înșine (*philautia*) nu facem altceva decât să ne alipim de această existență, pătimind astfel o *frică de lume*, lume vădită ca absurdă, în care omul „fără a nega eternitatea, nu face nimic pentru ea” ²⁶⁰, lume în care omul își arogă „o nouă libertate obținută prin negarea (fie ca absență) lui Dumnezeu” ²⁶¹ și unde „nu mai există valori consacrate care să-i orienteze alegerea; în afară, totuși de una singură, exprimată în cunoscuta frază:<<Omul este propriul său scop și el își este sieși singurul scop>>” ²⁶².

Înainte de a explica această frică de lume (frică a lumii desacralizate) vom trece la explicarea patimilor ca afecte și a patimilor păcătoase ca pervertiri, atât ale celor dintâi, cât și ale puterilor sufletului.

Pentru început trebuie să facem o distincție între *patimi* - afecte, pasiuni, emoții, *patimi* - suferințe, chinuri, și *patimi* - afecte păcătoase ca forțe naturale, intrinseci ale sufletului, corupte din cauza păcatului și a îndepărtării noastre de Dumnezeu ²⁶³.

Patimile ca *afecte*, *pasiuni*, *emoții* sunt o „însușire de pasivitate ce ține cu totul de firea noastră și nicidecum de voință, nefiind prin

²⁵⁹ Christos Yannaras, *Abecedar al credinței*, op. cit., pp.110-111.

²⁶⁰ Albert Camus, *Mitul lui Sisif*, Editura pentru Literatură Universală, București, 1969, p.69.

²⁶¹ *Ibidem*, prefața cărții de Irina Mavrodin, XXI.

²⁶² *Ibidem*. Sau cum frumos spune Fernando Pessoa: „Ah, nu spera împotriva imensei adversități / Să construiești altceva decât intenții frustrate! / Abdică și fii / Rege ție însuși”. (Fernando Pessoa, *Ode și alte poeme*, Editura Paralela 45, Pitești, 2004, p.51.)

²⁶³ Mitropolit Hierotheos Vlachos, *Psihoterapia ortodoxă - știința Sfinților Părinți*, Editura Învierea, Arhiepiscopia Timișoarei, 1998, p.283.

urmare condamabilă (reproșabilă)”²⁶⁴. Ele sunt de fapt acele afecte firești necesare naturii (firii) noastre, ajutând la conservarea ei, afecte din categoria cărora face parte și frica firească.

În privința acestora, găsim o contradicție între afirmațiile ieromonahului Teofan Mada și cele ale Părintelui Dumitru Stăniloae, primul afirmând ca ele nu sunt parte constitutivă a firii umane, ci consecință a căderii omului din starea de desăvârșire paradisiacă, pătrunzând în partea logică sau rațională a naturii omului, accentuând însușirile ei iraționale²⁶⁵, în vreme ce Părintele Stăniloae afirmă că trăsăturile patice ireproșabile (afectele firești) nu lipsesc cu totul din starea primordială, ele doar accentuându-se (actualizându-se) datorită păcatului²⁶⁶.

Patimile ca suferințe, chinuri, erau folosite cu acest sens în vechime, uneori păstrându-se și astăzi în popor această accepțiune. Ele privesc suferințele fizice sau morale, caznele pe care le suportă cineva²⁶⁷.

Cu acest sens este folosit termenul în Filipeni 3, 10, redând suferința suportată pe nedrept de Hristos sau de cei ce-L urmează. În acest caz, termenul grecesc corespunzător este *pathematon* : <<Ca să-L cunosc pe El și puterea Învierii Lui și să fiu primit părtaș la *patimile* Lui, făcându-mă asemenea cu El în moartea Lui>>²⁶⁸. Acest termen este folosit de asemenea și în 1Petru 1, 11; 4, 13 și 1Petru 5, 1. Dar dacă această suferință este una impusă de altcineva²⁶⁹, nu trebuie să se înțeleagă că lui Hristos Iisus I-au fost impuse Patimile Lui, fără ca El

²⁶⁴ Ieromonah Teofan Mada, *Despățimirea. De la etică la fințialitate*, Editura Agnos, Sibiu, 2007, p.102.

²⁶⁵ *Ibidem*.

²⁶⁶ Părintele Dumitru Stăniloae, *Iisus Hristos sau Restaurarea Omului*, op. cit., p.178. Dacă e să ne luăm după Sfântul Maxim Mărturisitorul (precum și după alți sfinți) ieromonahul Teofan Mada are dreptate, cu toate că, și părintele Dumitru Stăniloae, atât în această lucrare (p.169, p.171), cât și în alte scrieri (cum ar fi, *Filocalia*, vol. III, Editura Humanitas, București, 1999, p.78, nota 1, p.82, nota 1) este de aceeași părere cu ieromonahul Teofan Mada.

²⁶⁷ *Dicționarul Explicativ al Limbii Române*, Editura Univers Enciclopedic, București, 1998, p.758.

²⁶⁸ Preot Dr. Ioan Mircea, *Dicționar al Noului Testament*, Editura Institutului Biblic și de Misiune al Bisericii Ortodoxe Române, București, 1995, p.378.

²⁶⁹ *Ibidem*, p.389.

să consimtă la ele. El a îngăduit aceste patimi, suferințe ²⁷⁰, încă prin asumarea firii umane, împreună cu slăbiciunile, trăsăturile ei pasionale, poftitoare și raționale pe care și le-a apropiat în Ipostasul Său divino-uman, pătimind astfel pentru întreaga omenire, suferința întregului Adam fiind suferința Lui personală. În limba engleză ²⁷¹ această suferință personală a lui Hristos Iisus este redată mai bine prin cuvântul pasiune, astfel că, Patimile Lui, devin Pasiunile Lui ²⁷² - *the Passion (of Jesus Christ)* ²⁷³.

Patimile ca afecte păcătoase, pervertiri ale puterilor sufletului, boli ale sufletului, sunt cele care se ivesc prin intermediul patimilor (afectelor) firești: „<<Patimile condamnabile și contra firii, care țin de noi - spune Sfântul Maxim Mărturisitorul - nu-și au sursa în noi altfel decât în mișcarea afectelor conformă cu firea>>” ²⁷⁴. Cuvântul *patimă*, *pathema* derivă de la verbul *pascho* = „a suferi”, care înseamnă „boală lăuntrică”, datorată repetării păcatelor ce se vor cuibări astfel multă vreme în sufletul nostru ²⁷⁵, diferența dintre păcat și patimă fiind că primul se vede în trup, iar a doua este lăuntrică, este o mișcare a sufletului. Iar mai precis: Patimile sunt permanentizarea răului în suflet, rău continuu, în timp ce păcatele sunt energiile (lucrările) patimilor exteriorizate prin trup, dar nu numai, de vreme ce păcat este și cel mintal sau rațional, căci „dacă mintea nu ar fi mers înainte, trupul nu ar fi urmat-o” (Sfântul Marcu Ascetul) ²⁷⁶. Dar, cum apar aceste patimi și ce sunt acele puteri sufletești pe care le pervertesc?

Sfântul Grigorie Palama susține că, precum Dumnezeu este Minte, Cuvânt și Duh, tot astfel și sufletul (uman) are minte, cuvânt și duh, felul întreit al cunoștinței fiind: cunoștința mintală (înțelegătoare),

²⁷⁰ Răstignirea și Moartea lui Hristos Iisus au fost consecințe ale căderii omului; ele au fost *îngăduite* de Dumnezeu pentru izbăvirea neamului omenesc de sub robia păcatului, deși ele nu au fost *binevoite* (voite anterior) în planul de mântuire al omului (îndumnezeirea lui), Întruparea Cuvântului fiind scopul ultim al facerii lumii.

²⁷¹ ca și în franceză, italiană și poate și în alte limbi.

²⁷² Deși pentru englezi înțelesul (poate) este același ca și pentru noi, stilistica expresiei face ca suferința lui Iisus Hristos să fie mai personală, pornită din El, din a Lui voință, să fie a Lui.

²⁷³ *The Advanced Learner's Dictionary Of Current English*, Oxford University Press, London, 1967, p.710.

²⁷⁴ Ieromonah Teofan Mada, *Despățimirea. De la etică la ființialitate*, op. cit., p.102.

²⁷⁵ Mitropolit Hierotheos Vlachos, *Psihoterapia ortodoxă*, op. cit., pp.281-282.

²⁷⁶ Ieromonah Teofan Mada, *Despățimirea. De la etică la ființialitate*, op. cit., p.82.

rațională și cea prin simțuri. Pe lângă această împărțire, el mai recurge și la împărțirea sufletului stabilită de filosofi greci antici după care sufletul este împărțit tot în trei părți (puteri) și anume: *rațiunea*, *partea poftitoare* (pofa), și *partea irascibilă* (iuțiimea). Prima este cuvântul, iar celelalte două reprezintă dimensiunea pătimitoare a sufletului (puterile pasionale ale sufletului); acestea două din urmă, care întinate fiind trebuie vindecate (curățate), căci din ele se nasc în minte gândurile pătimase în întâlnirea cu lucrurile și cu înțelesurile (chipurile) lor, spune Sfântul Maxim ²⁷⁷. Condiția firească a acestor puteri ale sufletului este de a le înălța spre Dumnezeu, de a-L cunoaște, înțelege și relaționa cu El prin intermediul lor, de a le folosi în folosul virtuților, virtuți ce reprezintă sănătatea sufletului (Sfântul Vasile cel Mare) ²⁷⁸, prezența lor fiind condiția omului după fire ²⁷⁹, prin urmare, răul sau patima găsindu-se în mod nefiresc în natura omului ²⁸⁰. Înțelegem astfel, că patimile (păcătoase) sunt niște mișcări nefirești ale sufletului, posibile datorită puterilor firești ale lui, mișcări care, dacă sunt urmate duc la o viață împotriva firii în care Dumnezeu se zărește cu greu, dacă nu este chiar negat.

Frica nefirească face parte din aceste categorii de patimi nefirești, de pervertiri ale puterilor sufletului pornind de la cele două puteri pasionale - partea poftitoare și partea irascibilă, ²⁸¹ ajungând, dacă este

²⁷⁷ Mitropolit Hierotheos Vlachos, *Psihoterapia ortodoxă*, op. cit., pp.283-284.

²⁷⁸ Ieromonah Teofan Mada, *Despățimirea. De la etică la fințialitate*, op. cit., p.104.

²⁷⁹ Mitropolit Hierotheos Vlachos, *Psihoterapia ortodoxă*, op. cit., p.285.

²⁸⁰ Sfântul Ioan Scărarul, *Scara Raiului*, Editura Învierea, Arhiepiscopia Timișoarei, 2004, p.237.

²⁸¹ „Sfinții Părinți sistind diverse funcții sau părți ale sufletului: 1) sufletul sensibil (*aisthesis*, *pathetikon*, *alagon*), care însufletește trupul pentru a-l înzestra cu sensibilitate. 2) sufletul rațional (*logistikon*, *hegemonikon*) care are, la rândul lui, o funcție de cunoaștere și o funcție a dorinței și a deciziei. Sufletul sensibil posedă: a) funcții de cunoaștere, externe (cele cinci simțuri: vederea, mirosul, auzul, gustul, pipăitul) și interne (imaginație, memorie sensibilă). b) tendințe: „apetitul concupiscentei” (*epithymetikon*), care cuprinde cele două „patimi” fundamentale ale dorinței (al unui bine sensibil absent) și ale plăcerii (când binele sensibil este prezent), și „partea irascibilă” (*thimikon*), ale cărei patimi fundamentale sunt *teamă*, *furia* și *tristețea*. Astfel înțelese, patimile nu sunt rele prin natura lor; întrebuințarea lor negativă este cea care le face să devină sursa patimilor rele, care sunt, pentru concupiscentă: *lăcomia*, *desfrâul*, *iubirea de arginți*, *slava deșartă*, *orgoliul*; iar pentru irascibilitate: *tristețea grea*, *ranchiuna*, *invidia*, *gelozia*, *mânia*, *cruzimea*, *lenea*...” (Arhim. Placide Deseille, *Ce este Ortodoxia? Cateheze pentru adulți*, Editura Reîntregirea, Alba Iulia, 2004, p.54.)

lăsată, să subjuge și pe cea rațională. Dar cum apare ea, precum și celelalte patimi?

Potrivit Sfântului Maxim Mărturisitorul, patima din care izvorăsc celelalte patimi este iubirea de sine (*philautia*), iubire nerațională a sufletului, de vreme ce raționalitatea lui este dată de Dumnezeu de Care s-a dezis prin dragostea excesivă pentru persoana sa, pe care o idolatrizează. Atunci când atenția ni se înstrăinează de Dumnezeu, de gândul și simțământul de a ne uni cu El și de a face voia Lui, ea se îndreaptă către sine (către propria persoană, către nevoile trupesti), dorind să-și satisfacă gândurile pătimase, gânduri ce vin tocmai din această iubire de sine care, la rândul ei dă naștere altor trei patimi principale: lăcomia pântecelui, iubirea de argint și slava deșartă ²⁸². Tot Sfântul Maxim oferă o împărțire a patimii iubirii de sine în două categorii, prima cuprinzând patimile ce se nasc în noi datorită iubirii de sine, iar a doua, cele ce apar când datorită iubirii de sine ne străduim să fugim de durerea datorată stării sufletești, stare specifică sufletului care, a fost lipsit de prilejurile plăcerii ²⁸³. Prin urmare, omul se va teme să nu piardă - datorită unor obiecte timerice, temându-se și de acestea - un obiect din lumea sensibilă, a cărui posedare (reală sau anticipată în mod imaginar) îi oferă o anumită desfătare sensibilă. Ideea sau sentimentul că îl poate pierde, naște în suflet o stare de rău și de tulburare ale cărei efecte omul le resimte și pe plan trupesc: „Câteodată e cuprins mai întâi de teamă sufletul, iar altădată trupul, pe urmă patima se mută de la unul la altul” ²⁸⁴.

Vedem așadar, că prin iubirea de sine, omul s-a alipit lumii sensibile, călcând porunca Apostolului ²⁸⁵, pervertindu-și scopul său ontologic, devenind prin folosirea ei irațională, atât un risipitor, cât și un sclav al ei, fiindu-i frică să nu o piardă, temându-se de tot ceea ce-i primejduiește existența trupestă și desfătările pe care le culege din ea. Ea se manifestă ca teamă de moarte, dar o moarte ivită din

²⁸² Mitropolit Hierotheos Vlachos, *Psihoterapia ortodoxă*, op. cit., p.291.

²⁸³ *Ibidem*, p.292.

²⁸⁴ Sfântul Ioan Scărarul, *Scara Raiului*, op. cit., p.200.

²⁸⁵ 2Timotei 2,4: „Nici un ostaș nu se încurcă cu treburile vieții dacă vrea să-i placă celui ce l-a adus în oaste”.

pierderea plăcerilor lumii, de vreme ce prin acestea omul înțelege că trăiește, orice lipsă a lor fiind un pas mai aproape de moarte.

Iubindu-și tot mai mult existența sa, în care Dumnezeu nu este dorit, și preocupându-se tot mai mult de lucrurile trupești nefirești (dincolo de cele ce-i sunt de neapărată trebuință), omul îi oferă teren prielnic diavolului de a-l hrăni prin cele contra firii și contra rațiunii, lipsindu-l, atât de roadele cunoașterii (partea rațională a sufletului tinzând după fire către cunoștința lui Dumnezeu)²⁸⁶, cât și de nădejdea în Dumnezeu²⁸⁷.

Fiindu-ne frică de posibilitatea pierderii anumitor lucruri ce oferă o oarecare plăcere, ne alipim tot mai mult de ele, și prin ele de lumea aceasta, astfel că, lumea va manifesta o forță de atracție asupra omului, forță „manifestată nu numai prin împătımirea de plăcerile lumii, ci și prin frica de lume”²⁸⁸, căci mă tem pentru că iubesc și nu vreau să pierd acel ceva/cineva pe care-l iubesc²⁸⁹. Descrisă așa, ea este opusul fricii lui Dumnezeu, acea frică de a nu-L pierde, frică asupra căreia ne vom opri într-un subcapitol viitor.

„Sufletul care nu s-a izbăvit de grijile lumești nu-L va iubi nici pe Dumnezeu cu adevărat, și nici de diavol nu se va scârbi așa cum se cuvine; căci grija vieții îi este ca un acoperământ împovăraător. De aceea [în mijlocul grijilor], mintea nu-și poate cunoaște puterea de a judeca în privința acestora, pentru a cerceta și a hotărî fără să se

²⁸⁶ Mitropolit Hierotheos Vlachos, *Psihoterapia ortodoxă*, op. cit., p.284.

²⁸⁷ *Everghetinos*, Vol. I, Editura Sfintei Mari Mănăstiri Vatoped, Muntele Athos, Grecia, 2007, p.341.

²⁸⁸ Preot Profesor Dr. Acad. Dumitru Stăniloae, *Ascetica și mistica ortodoxă*, vol. I, Editura Deisis, Alba Iulia, Mănăstirea Sfântul Ioan Botezătorul, 1993, p.124.

²⁸⁹ Iar aici putem vorbi de idolatrie - o iubire nesănătoasă, o afinitate patologică manifestată printr-o teamă morbidă de a nu pierde pe cineva sau ceva: „În întreaga teologie patristică se stabilește o legătură fundamentală între păcat și finitudine în sensul că păcatul nu suprimă în om chipul lui Dumnezeu, ci doar îl întunecă, acesta păstrându-și dorința de absolut, dar o dorință de absolut în afara lui Dumnezeu, chiar împotriva lui Dumnezeu; chipul se va lavi curând de zidul finitudinii, născând un fel de *spaimă fundamentală*, spaimă ce se va transforma în idolatrie. Este ceea ce asceții numeau *patimi*, patimi ca idolatrie a Eu-lui și a lumii. Căci eu-l vrea să aservească lumea, și prin aceasta lumea să aservească eu-l. Aceasta este dorința fundamentală a omului rătăcit, împietrit, dezamăgit”. (Olivier Clement, *Puterea credinței*, Editura Pandora, Târgoviște, 1999, p.25, apud Cristinel Ioja, *Homo Adorans. Între Iisus Hristos și politeismul lumii contemporane*, Editura Universității "Aurel Vlaicu", Arad, 2008, p.84.

înșele. (Sfântul Diadoh al Foticeii)”²⁹⁰ Observăm astfel, că prin iubirea de sine, omul a deviat cursul firesc al patimilor nepăcătoase și implicit, al fricii naturale - care îl făcea să rămână fidel ființei sale adevărate și să-L iubească pe Dumnezeu -, acum, temându-se să nu-și piardă existența actuală dusă în chip pătimas, precum și toate conforturile și desfătărilor ei.

Paradoxal, cu cât omul se izolează, se cunoaște numai pe sine însuși făcând din sine un centru al întregii existențe, cu atât, prin frică și alte patimi, el de fapt se înstrăinează de el însuși și viețuiește în afara lui, constatând că prea puțin a mai rămas în el, de vreme ce își este aproape cu totul exterior²⁹¹, prin aspirațiile și plăcerile dobândite în mundanul existențial nefăcând altceva decât să-și hrănească natura individuală scăldată într-un pluralism haotic. Și nu este de mirare, atâta timp cât doar prin și în Dumnezeu ne putem cunoaște și aprofunda, de vreme ce El este Creatorul nostru și adâncindu-ne în taina Lui, implicit, ne vom adânci și în taina noastră.

„Omul a fost creat de Dumnezeu ca o ființă macrocosmică, de aceea este natural și logic să existe în el un simțământ macrocosmic și o conștiință a lumii. Din acest motiv, omul care n-a fost răvășit și distrămat de păcat, simte unitatea organică a tuturor creaturilor”²⁹². Dar omul care a aprobat păcatul și și-a întors menirea ontologică înspre sine, și-a distrus unitatea simțirii de sine și a simțirii lumii, a conștiinței de sine, a gândului, a vieții, a existenței, a ființei lui, a simțirii unității între om și Dumnezeu, între timp și veșnicie, simțământul atoteunității. Astfel că, iubindu-se pe sine și aprofundând lumea fără a-L include pe Dumnezeu în existența ei și a lui, omul lumesc, într-un moment de trezire a lui, întors către lume, ieșind din sinele egoist, dorind - în virtutea creării sale de Dumnezeu în comuniune cu ceilalți oameni și cu întreaga creație - să comunice cu ceilalți, simte și vede o îngrozitoare ruptură între el însuși și ceilalți

²⁹⁰ *Everghetinos*, Vol. I, *op. cit.*, p.341.

²⁹¹ Alexis Carrell, *Omul, un necunoscut*, apud Mitropolit Antonie de Suroj, *Școala rugăciunii*, Editura Sophia & Editura Cartea Ortodoxă, București, 2006, p.88.

²⁹² Arhimanditul Iustin Popovici, *Omul și Dumnezeul-Om*, Editura Deisis, Sibiu, 1997, p.51.

oameni, între el și celelalte ființe. Cufundat într-o izolare egoistă (și urmarea: egogregaristă) tot mai adâncă, el pierde încetul cu încetul simțământul atoeunității neamului omenesc, până ce-l pierde cu desăvârșire, prăpastia dintre el și ceilalți, el și creație, el și Dumnezeu devenind tot mai adâncă și de netrecut; practic omul nu mai poate să iasă din el însuși și să ajungă la altul/alții, dar nici să se întoarcă în sine însuși ²⁹³. Astfel că, nu se mai cunoaște om cu om, dar nici om cu Dumnezeu ²⁹⁴. Și atunci apare frica, neliniștea, spaima, anxietatea, angoasa, toate convergând spre agonia în fața morții, moarte ce nu este văzută ca un câștig, de vreme ce viața nu este văzută prin Hristos și în Hristos - Viața. (Filipeni 1, 21)

Un studiu de caz se poate face în acest sens privind la evenimentele din ținutul Gherghesenilor, când Hristos a vindecat un demonizat, iar mulțimea (simbolizând păgânii, idolatrii, cei fără Dumnezeu) „cuprinsă de frică mare” L-au rugat să plece din ținutul (lumea) lor (Luca 8, 26-37). Înțelegem deci, că frica este o oglindire a pervertirii noastre, rezultată din înstrăinarea noastră de Dumnezeu și pierderea sensului nostru de a fi. Primul simțământ, fie și chiar

²⁹³ Părintele Filothei Faros relatează cazul unui bărbat care suferea de așa-numita *singurătate accentuată*, ceea ce în accepțiunea sa reprezintă tipul de angoasă cel mai dureros dintre cele pe care le pot pătimi oamenii, descrisă adesea ca o mușcătură în piept, sau ca o senzație pe care o dă tăierea cu o lamă ascuțită în zona inimii, ori ca și sentimentul de disperare pe care îl are copilul mic atunci când este părăsit într-un loc în care nu se află cineva. Această singurătate accentuată (bărbatul putea să dispară imediat, pentru a se izola, la auzul telefonului sau al pașilor cuiva) era de fapt starea în care avântul lăuntric ontologic - dăruit de Dumnezeu omului pentru a-l folosi în relația cu El, și prin El, cu toată creația - era pervertit și folosit, în chip irațional, în defavoarea persoanei respective, elanul interior și creator al acestui tânăr fiind folosit pentru îndepărtarea de semenii, deși, rațiunea lui o constituie tocmai căutarea și apropierea de ceilalți. Bărbatul a învins această angoasă prin simplul fapt de a renunța la lupta (luptă întru care nu se bucurase de succese) cu această stare de singurătate exacerbată și prin îndreptarea privirii spre această izolare. El și-a dat seama că această singurătate i se accentua doar atunci când încerca să fugă de ea, dar când o privea în față, când privea acel elan interior pervertit, acesta se risipea ca orice iluzie ce este demascată. (Pr. Filothei Faros, *Manual de iubire. Firea dragostei*, Editura Egumenița, Galați, pp.209-211.) Acest caz este unul fericit, dar oare câte cazuri de acest fel se termină într-un alt mod, mai puțin plăcut? Cu siguranță că Dumnezeu i-a dat tărie acestui om pentru a-și putea privi dușmanul în față, dar oare a conștientizat el acest lucru? I-a mulțumit lui Dumnezeu? Și nu numai el, dar și toți ceilalți care se află în aceeași situație, ori în altele asemănătoare, au recunoscut meritul lui Dumnezeu în această izbândă? De aceea scopurile tuturor activităților noastre trebuie să-și aibă începuturile și finalitățile în raportarea noastră la Dumnezeu, fără El putându-ne salvagarda doar în chip vremelnic și amăgitor.

²⁹⁴ Arhimanditul Iustin Popovici, *Omul și Dumnezeul-Om*, op. cit., p.51.

inconștient, de *a exista în mod individual* (nu în mod personal, creat pentru comuniune de viață, depășire de sine și dăruire în iubire), este și primul simțământ al morții, prima experiență a unei profunde singurătăți, adică a neputinței omului de a-și trage viața de oriunde altundeva în afara eului său ²⁹⁵. Astfel că, începând de la primii oameni (Adam și Eva) și continuând până la ultimii care vor păcătui, crezând că pot trăi autonom în afara Vieții-Dumnezeului Treimic, frica va continua să existe în această însingurare a omului față de Dumnezeu, în această neputință a lui, în această sferă a întrebărilor - omul continuând să se miște rațional sau prin închipuire între concretul opac și fantasticul nerevelator ²⁹⁶ -, ignorând, negând, uitând, și nefiind capabil să judece drept și să cunoască în chip drept realitatea prin luminarea harului divin, iar în cele din urmă va ajunge la deznădejde, ce poate culmina cu sinuciderea - văzută ca „o-mplinire bruscă, o dezrobire fulgerătoare” ²⁹⁷, de vreme ce viața fără Dumnezeu e *non*viață, e o moarte grefată în faptul de a exista liber.

Astfel că, dacă din această libertate a omului (trăsătură esențială a lui ce la rândul ei poate fi direcționată în mod greșit, transformându-se într-un tărâm ostil iubirii lui Dumnezeu, iubire ce nu se vrea impusă ²⁹⁸) de a alege între bine și rău, el va alege răul, el va fi „prada propriilor sale adevăruri” ²⁹⁹, adevăruri ca evidențe, privite nu prin ochii minții întărite în Dumnezeu (Cel ce dă viață), ci prin ochii celui căzut în haos, găsind tot în el rezolvarea nerezolvată, frica fiind un indiciu în acest sens, iar timpul - fără viziunea unei veșnicii împăciuitoare - va fi o „anxietate în plină expansiune, căreia nu-i deslușim nici începutul, nici sfârșitul, o anxietate veșnic biruitoare” ³⁰⁰, în fața căreia ne deformăm, deformare ce va culmina în moarte, înfățișând „adevărurile noastre”, urmări ale căutarilor noastre ilegiteime în transcendent, ca simple

²⁹⁵ Christos Yannaras, *Abecedar al credinței*, op. cit., p.110.

²⁹⁶ Petre Țutea, *Om. Tratat de antropologie creștină. 1 Problemele sau cartea întrebărilor*, Editura Timpul, Iași, 1992, p.335.

²⁹⁷ Emil Cioran, *Demiurgul cel rău*, Editura Humanitas, București, 1995, p.72.

²⁹⁸ Arhim. Sofronie, *Viața și învățătura starețului Siluan Athonitul*, Editura Deisis, Sibiu, 2004, p.113.

²⁹⁹ Albert Camus, *Mitul lui Sisif*, op. cit., p.34.

³⁰⁰ Emil Cioran, *Mărturisiri și anateme*, Editura Humanitas, București, 1994, p.99.

consolari absolutizate, deificate, detașate de Dumnezeu - Absolutul, Cel care pune capăt neliniștii și temerilor produse de perspectiva infinitului și de ideea morții absolute. Și dacă „omul nu e făcut doar din cele înnăscute, ci și din cele dobândite”³⁰¹, într-o lume ce nu-L cunoaște (sau nu vrea să-L cunoască) pe Dumnezeu, sensul existenței întregii creații este eclipsat, Dumnezeu devenind un Nimeni, iar lumea, fie și ca operă a Lui, e un „Nicăieri universal”³⁰², omul neștiind de unde vine și încotro se îndreaptă și de la Cine trebuie să ceară ajutor, în cadrul periplului său existențial. Trezit astfel, într-o singurătate dominantă, nefiind capabil să vadă sau să întrevadă revelațiile Divinului, nu-și va îndrepta nădejdea (într-un caz fericit) decât asupra sa (de vreme ce el este încununarea creației), revendicându-și sieși puterea de a depăși limitele existențiale, devenind astfel „propriul lui cerșetor”³⁰³, neștiind de darurile lui Dumnezeu, pe care trebuie să I le ceară.

Dar să vedem care sunt prilejurile împătimirii cu această boală a sufletului ce ținutuește omul de această lume sensibilă, devenită ceva absolut în urma relației frică-dorință, izolată de Dumnezeul-Principiul vieții.

2.2. Cauzele fricii nefirești - boală a sufletului. Leacuri spre nepătimire

a.1. Această frică este o boală, căci pervertește puterile firești ale sufletului, direcționându-le greșit, nu către Centrul existenței, ci către lume, către sinele propriu, omul ajungând să se iubească astfel într-un mod pătimăș (păcătos), crezând că viața i-a fost dată ca să se bucure de toate „plăcerile”. Și înțelegând că frica aceasta (sub diversele ei forme) este fundamental legată de *alipirea de bunurile materiale*, deducem că prin *detașarea de ele și încredințarea noastră în mâinile lui Dumnezeu*,

³⁰¹ Johann Wolfgang Goethe, *Maxime și reflecții*, Editura Univers, București, 1972, p.108.

³⁰² Emil Cioran, *Amurgul gândurilor*, Editura Humanitas, București, 1994, p.10.

³⁰³ *Ibidem*, p.45.

le vom avea pe toate cele de trebuință nouă, fără a cădea în extrema abundenței nefolositoare, dând prilej astfel atașării vicioase de ele.

Pilduitor în acest sens este sfatul Mântuitorului „... Căutați mai întâi Împărăția lui Dumnezeu și dreptatea Lui, și toate acestea se vor adăuga vouă...”(Matei 6, 31-34), precum și alte îndemnuri din Sfânta Scriptură: „Nu va împovărați cu nici o grijă. Ci întru toate, prin închinăciune și prin rugă cu mulțumire, cererile voastre să fie arătate lui Dumnezeu” (Filipeni 4, 6) sau „Aruncă asupra Domnului grija ta și El te va hrăni” (Ps.54, 23)(S4/I) ³⁰⁴ și „Bogații au sărăcit și au flămânzit, dar cei ce-L caută pe Domnul nu vor fi lipsiți de tot binele”(Ps.33, 11) (S4/I).

Am arătat deja că lipirea nefirească de lucrurile lumești, lipsește pe om de o dreaptă judecată, de o cunoaștere după fire a lucrurilor (fenomenelor) și de nădejdea către Dumnezeu ³⁰⁵ lăsându-l în inerția unei vieți fără sens. „Când în viețuirea sa cineva se apropie de lume, atunci se înrădăcinează în el iubirea de lucrurile trupesti; e tulburat mereu de grija de ele [...]. Dar când mintea sa înaintează în gândirea la lumea viitoare ³⁰⁶, atunci se stârnește neîncetat în el o meditare lipsită de imagini și cu nădejde așteaptă nerăbdător cele pe care nu le vede, uitând de cele de aici” ³⁰⁷. Dar detașarea de lucrurile lumești nu trebuie să fie totală, căci atunci ar însemna să ne lăsăm într-un mod irațional pradă morții, dar nepunând aceste nevoi pe primul plan al vieții noastre, ci punând „lucrul lui Dumnezeu” pe acest plan, prin aceasta vom oferi firii, cele potrivite ei, lăsând toate necesitățile ei „pe seama lui Dumnezeu, căci e mai bine să ne punem încrederea în Dumnezeu decât în noi înșine” ³⁰⁸. Toate lucrurile pe care ni le-a dat Dumnezeu, dar care pot fi pervertite prin întrebuințarea irațională, contrar scopului pentru care au fost create, pot și trebuie spiritualizate,

³⁰⁴ Unele citate din Psalmi, Pildele lui Solomon, Ecclesiast și Cântarea cântărilor sunt preluate din *Septuaginta*, vol.4/I, Editura Polirom & Colegiul Noua Europă, Iași, București, 2006, și sunt marcate la final prin sigla S4/I, pusă între paranteze rotunde.

³⁰⁵ *Everghetinos, op. cit.*, p.341.

³⁰⁶ Implicit și la Dumnezeu.

³⁰⁷ Sfântul Isaac Sirul, *Cuvinte către singuratici. Partea a II-a recent descoperită*, Editura Deisis, Sibiu, 2007, p.435.

³⁰⁸ *Ibidem*, p.436.

transfigurate și nu nimicite ori desființate, slujind omului în apropierea lui de Dumnezeu, prin iubirea noastră față de El, ele primind un dinamism spiritual, mântuitor.

a.2. Observăm că în discuția noastră privind dezlipirea rațională de lume intră și *credința* - acel risc împotriva rațiunii, împotriva vieții, împotriva limitelor omenești, câteodată și împotriva normalului ³⁰⁹, dar nu o anulare a lor, ci o iluminare a lor - fără de care o alipire de Dumnezeu nu este posibilă. Astfel că, fără credința în Dumnezeu omul trăiește bolnăvicios, menținând o relație morbidă cu El. Prin frica de lume, prin necredință, ne legăm de lume, această frică făcându-ne să ascultăm de ea (de lume) și să nu dăm ascultare chemării mai înalte a lui Dumnezeu, care ni se face prin credință ³¹⁰; iar lipindu-ne de lume, noi nu ne mai temem de tot ceea ce ne poate pierde ființa și existența după duh și deci, pe noi înșine, (adică depărtarea și trăirea noastră separată de viața Dumnezeirii), ci ne vom teme de tot ceea ce ne va pune în pericol existența noastră autonomă și delectările pe care le obținem din ea, renegându-L astfel pe Dumnezeu, și îndreptându-ne preocupările spre realitatea sensibilă care devine ceva absolut. În această atitudine și în urmările ei nefaste regăsim întreaga dinamică a păcatului strămoșesc ³¹¹.

a.3. Frica aceasta nefirească vădește și *o încredere exagerată a omului în propriile sale puteri* văzute ca absolute, socotind că nu poate sau că nu trebuie să se bazeze decât pe propriile lui puteri, stare datorată necunoașterii voite sau nedorite a lui Dumnezeu, omul fiind astfel lipsit de ajutorul Lui și temându-se în situații în care nu ar avea de ce să se teamă: „Acolo s-au temut de frică, unde nu era frică”(Ps.13, 5). Amintindu-ne că Dumnezeu Se îngrijește pururea de noi, Hristos Însuși risipește această amăgire în care a căzut omul crezând că numai pe forțele lui trebuie să se bazeze (Matei 10, 29-31; Luca 12, 6-7). Exemple în acest sens găsim și la Pateric: „Un Bătrân a fost întrebat de un frate: De ce mă tem când sunt în pustie? Și i-a răspuns Bătrânul:

³⁰⁹ Părintele Arsenie Boca, *op. cit.*, pp.74-75.

³¹⁰ Preot Profesor Dr. Acad. Dumitru Stăniloae, *Ascetica și mistica ortodoxă*, vol.I, *op. cit.*, p.124.

³¹¹ Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, *op. cit.*, p.189.

Pentru că te crezi singur și nu vezi că Dumnezeu este cu tine” ³¹². „Cel ce a ieșit deplin din lume ³¹³, se socotește pe sine ca fiind într-un pustiu neumblat și plin de fiare. De aceea, cuprins de o frică negrăită și de un cutremur de nedescris, strigă către Dumnezeu, ca Iona din chit și din marea vieții; [...] Iar Domnul auzindu-l îl izbăvește pe el din prăpastia neștiinței și a dragostei de lume, ca pe prorocul din chit, pentru ca să nu le mai dorească pe acestea...” ³¹⁴ (Sfântul Simeon Noul Teolog). Tot în această accepțiune vorbește și Sfântul Nicodim Aghioritul, care precizează că această frică „vine dintr-o aroganță tainică și din prezumție, fondate pe nădejdea și încrederea ce o au într-înșii și în puterile lor. Fiindcă ei, socotindu-se a fi ceva, se încred mult în calitățile lor. Dar în eșecuri, văzând că sunt nimic, că n-au vreo putere, sunt tulburați și mirați, ca la ceva nou, cad în mare groază și frică, fiindcă văd prăvălirea temeliei pe care își ridicaseră încrederea și nădejdea” ³¹⁵. Iar Sfântul Ioan Scărarul spune că „sufletul mândru, care se bizuie numai pe sine, este sclavul temerii; el se teme și fuge de cel mai mic zgomot al lucrurilor, și chiar de umbre” ³¹⁶.

Însuși Mântuitorul ne arată că această frică este semn al necredinței în purtarea de grijă a lui Dumnezeu: „...Pentru ce sunteți așa de fricoși? Cum de nu aveți credință?” (Marcu 4, 37-40) ³¹⁷. „Și nu

³¹² *Ibidem*.

³¹³ Cei ce au ales calea, atât a pustniciei (fugii de lume) exterioare, cât și a celei interioare, aceasta fiind mai presus de fuga exterioară de lume - cea care mântuiește, adică înstrăinarea interioară de ceea ce e rău în ea (în lume).

³¹⁴ *Filocalia*, vol. VI, Editura Institutului Biblic și de Misiune Ortodoxă, București, 1977, p.40.

³¹⁵ Sfântul Nicodim Aghioritul, *Războiul nevăzut*, Editura Egumenița, Galați, p.22.

³¹⁶ Sfântul Ioan Scărarul, *Scara Raiului*, *op. cit.*, p.200.

³¹⁷ Dar iată ce afirmă profesorul William Barclay: „Nicăieri în Evangheliile sinoptice (Matei, Marcu, Luca) sau în Faptele, *phobos* nu este folosit într-un sens rău. În fiecare caz, el descrie sentimentul din inima unui om atunci când este confruntat cu puterea divină în acțiune. El descrie *întotdeauna* sentimentele unui om atunci când acesta se găsește în prezența a ceea ce Rudolf Otto a numit, <<ceva total diferit>>, atunci când se găsește față în față cu ceva din afara sau dincolo de mediul lui, diferit de el, ceva ce nu poate să înțeleagă”. (*Analiză semantică a unor termeni din Noul Testament*, *op. cit.*, p.214.) Deși pentru cazul Marcu 4, 40: „Pentru ce sunteți așa de fricoși?”, unde termenul potrivit ar fi cel de *lași* (*The Greek New Testament*, Fourth Revised Edition, edited by Barbara Aland, Kurt Aland, Johannes Karavidopoulos, Carlo M. Martini and Bruce M. Metzger, in cooperation with The Institute for New Testament Textual Research, Münster/Westphalia, Deutsche Bibelgesellschaft, United Bible Societies, Stuttgart, 1994, p.134.) - lașitatea, fiind și ea, o temere -, ca și pentru alte cazuri, am fi dispuși să-l credem pe W. Barclay, în realitate, cazurile în care temerile nefirești apar, atât în evangheliile sinoptice, cât și în Faptele Apostolilor, ne obligă să nu o facem: Matei 1, 20; 10, 26; 10, 28; 10, 31; Marcu 9, 32; Luca 1, 74; 8,

te vei teme de venirea spaimei ³¹⁸ nici de năvălirile necredincioșilor. Domnul va fi peste toate căile tale și-ți va sprijini piciorul, ca să nu te clinești” spune Solomon (Pilde 3, 25-26)(S4/I).

Omul robit de această teamă se teme de pierderea obiectelor (obiecte în sensul larg al cuvântului) ce-i prilejuiesc plăcere, dar se înfricoșează și de obiectele/ființele (obiecte timerice) ce-i pot sustrage obiectele dorite, astfel încât, el se poate înfricoșa *de oameni*: „de frica și de rușinea oamenilor, se vor prăbuși; iar cine are încredere în Domnul se va veseli” (Pilde 29, 25)(S4/I), dar: „Nu vă temeți de ei [...]. Nu vă temeți de cei ce ucid trupul, iar sufletul nu pot să-l ucidă” (Matei 10, 26,28), „prin credință, a părăsit Egiptul, fără să se teamă de urgia regelui, căci a rămas neclintit, ca cel care vede pe Cel nevăzut” (Evrei 11, 27). Omul se mai poate înfricoșa *de îngeri*: „Și iată îngerul Domnului a stătut lângă ei [...], și ei s-au înfricoșat cu frică mare” (Luca 2, 9), *de draci*: „Nu orice frică e lucru bun și mântuitor, căci există și frică care ne este vrăjmașă (...) este frica pe care o are cel ce se înspăimântă ușor de diavoli” ³¹⁹ (Sfântul Vasile cel Mare). Se mai poate teme și de: „*așteptarea celor ce au să vină peste lume, la a doua venire a Mântuitorului*, când puterile cerurilor se vor clătina” (Luca 21, 26), și se teme și *de moarte*: „Și să izbăvească pe cei pe care frica morții îi ținea în robie toată viața” (Evrei 2, 15). Dar această frică nu este proprie doar celor ce-L neagă pe Dumnezeu, ci fărâme din ea pot exista

37; 8, 50; 12, 4; 12, 7; 12, 32; 21, 11; 21, 26; Faptele Apostolilor 5, 5; 5, 11; 9, 26; 19, 17.... Chiar dacă *phobos* apare în versetele de mai sus sub diferite forme, având diverse flexiuni (fiind întâlnit nu doar sub forma de substantiv, vizată de W. Barclay), și chiar dacă din ele nu pot fi extrase nuanțări explicite care să denote o frică nefirească „nediluată” și autentică, totuși, nu putem fi siguri de credința, nădejdea și iubirea celor ce o nutresc, doar Dumnezeu fiind Cel Care îi cucunoaște pe cei ce o trăiesc. Căci așa cum în frica de Dumnezeu (frica firească) există o gradatie, la fel există și în cea nefirească, „cantitatea” de temere cauzată de „acel ceva ce nu poate fi înțeles”, „acel ceva total diferit”, precum și „cantitatea” de temere izvorâtă din iubirea (pervertită) de sine, lăsând loc interpretărilor care, raportate la versetele de mai sus, sunt pe cât se poate de pertinente. Iar exemplele pot continua de vreme ce frica naturală (firească) a omului, pentru care Hristos nu murise încă, era una denaturată. Dar chiar și la cei care-L acceptaseră pe Hristos ca Domn și Mântuitor, o anumită nesiguranță în ceea ce privește „gramajul” mântuitor al fricii, poate fi reproșată dacă Adevărul o va cere, nu? Potrivită în acest sens este frica nefirescă a lui Petru, care, din teama de a nu fi „deconspirat” s-a lepădat de Hristos (Matei 26, 69-75).

³¹⁸ (Πτόησις) πτόησις, εως, ἡ = spaimă, groază, teroare, teamă.

³¹⁹ Arhim. Spiridonos Logothetis, *Deprimarea și tămăduirea ei în învățătura Bisericii*, Editura Sophia, București, 2001, p.89.

și în cei ce-i slujesc lui Dumnezeu, dar în care grija de cele lumești încă se mai simte, nelăsând omul să se încredințeze cu totul voii lui Dumnezeu, după cum am arătat în exemplele de la Pateric și Filocalie.

a.4. Totodată, frica aceasta lumească vădește și *lipsa de credință în bunurile duhovnicești*, de vreme ce, dacă le-ar iubi pe acestea, s-ar teme numai de pierderea lor, Sfântul Maxim Mărturisitorul grăind în acest sens: „nu trebuie să se teamă (omul) decât de o singură durere: de pierderea darurilor dumnezeiești”³²⁰. Aceste daruri au o valoare absolută și o importanță vitală pentru om, astfel încât, cel care se apropie de Dumnezeu conștientizează bogăția bunătăților ce izvorăsc din El și se va teme de posibilitatea pierderii (prin păcat) acestora, dar nu se va teme de eventuala lipsă a vreunui bun din lume, căci el știe că Dumnezeu i-l va da.

a.5. Dar frica aceasta vădește pe lângă neîncrederea în existența bunurilor (darurilor) duhovnicești și *încrederea în chip inutil și uneori absolut în bunurile materiale*, a căror realitate este amăgitoare și care trec ca floarea câmpului, fiind de fapt sortite învechirii și degradării sau sustragerilor de către alte persoane și până la urmă epuizabile (Matei 6, 19-20; Luca 12, 33). Dacă omul ar cunoaște iluzoria realitate a lucrurilor și a plăcerilor din lume, nu s-ar lăsa înșelat de ea și nu le-ar iubi în mod pătimăș, iar frica nu ar avea prilej să se cuibărească în sufletul său, astfel că, lipsirea și chiar pierderea unora ca acestea nu l-ar afecta.

Dar prin lipsirea noastră de darurile dumnezeiești și încrederea în bunurile materiale pieritoare, noi nu ne facem rău numai nouă înșine, ci și altora; căci dorind să-i ajutăm pe alții, le vom oferi - fie verbal sau material - o hrană lumească. Deoarece, chiar dacă aproapele nostru are nevoie de un lucru material, benefic, asta nu înseamnă că nu trebuie să i-l dăruim, ci din contră, dar pe lângă acest dar, va trebui să fie povățuit duhovnicește, trezind astfel în sufletul lui conștiința și dorința celor dumnezeiești. Dar acest lucru este posibil doar dacă noi ne-am

³²⁰ Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, op. cit., p.190.

curățit de această iubire a lumescului pervertit, ulterior, putând să-i ajutăm și pe ceilalți ³²¹.

a.6. Prin faptul că nu folosește la ceva constructiv, prin urmare fiind fără vreun folos, ea apare ca o iraționalitate - de vreme ce și iubirea față de lume și cele ale ei este irațională -, ceva contrar rațiunii (gr. *paralogos*), după cum spune și Sfântul Ioan Damaschin ³²², tradus însă de Părintele Profesor Dumitru Fecioru prin sintagma „trădarea gândurilor” ³²³. Această iraționalitate constă în neputința de a împiedica prin ea (prin frică) ceva din ceea ce i se întâmplă omului respectiv, el neputându-se feri de pericolele sau de lipsurile de care se teme (admițând că ele într-adevăr se vor produce), decât într-o mică măsură, căci ea, mai de vreme sau mai târziu va surveni într-un alt moment, pe care, fără o credință temeinică, nu va putea să-l treacă. Cu toate acestea, frica aceasta, dacă este redirecționată spre făgașul ei firesc (adică spre Dumnezeu), poate fi utilă: „teama pe care o avem față de stăpânitorii lumești și față de fiare să ne fie exemplu pentru teama pe care ar trebui să o avem față de Domnul, iar dragostea pentru trup a celor din lume să ne fie exemplu de felul cum trebuie să dorim pe Dumnezeu; căci nimeni nu ne împiedică a lua exemple de virtute din chiar patimile care le sunt potrivnice” ³²⁴. Aici intră în discuție și concepția Sfinților Părinți conform căreia fiecare virtute își are opusul (patima sa) și viceversa, patimile fiind de fapt niște schimbări de direcții ale puterilor sufletului, puteri ce au scopul de a transgresa condiționatul autonom uman, de a înduhovnici persoana umană, de a o face virtuoasă prin acea conlucrare (sinergie) dintre Dumnezeu și om.

Acestei neliniști și frici fără rost, Sfântul Ioan Damaschin îi opune lipsa de grijă plină de folos a celui care se încredințează în orice lucru. Proniei dumnezeiești: „pentru că Dumnezeu este înțelept, poartă de grijă de existențe în chipul cel mai bun” ³²⁵. O îndemnare asemănătoare întâlnim și la Sfântul Marcu Ascetul: „Cel ce se luptă cu oamenii, de

³²¹ Parintele Efrem Athonitul, *Despre credință și mântuire*, Editura Egumenița, Galați, p.24.

³²² Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, op. cit., p.188.

³²³ Sfântul Ioan Damaschin, *Dogmatica*, op. cit., p.171.

³²⁴ Sfântul Ioan Scărarul, *Scara Raiului*, op. cit., p.235.

³²⁵ Sfântul Ioan Damaschin, *Dogmatica*, op. cit., p.106.

frica relei pătimiri și a ocărilor, sau va pătimi aici necazuri și mai multe, sau va fi muncit fără milă în veacul viitor. Cel ce vrea să fie ferit de orice întâmplare rea e dator să-și încredințeze toate treburile lui Dumnezeu prin rugăciune; apoi mintea lui să se țină strâns de nădejdea în El, iar grija pentru lucrurile supuse simțurilor să o nesocotească cu toată puterea” ³²⁶.

a.7. „Caracterul patologic al fricii se arată de asemenea în partea de *imaginație*, mai mult sau mai puțin intensă, pe care ea, în general, o implică, și prin care, omul deformează realitatea, atribuindu-i laturi inexistente. Astfel, în imaginația sa pericolele apar exagerat de mari, iar pierderea unui lucru oarecare, iminentă” ³²⁷ (Clement Alexandrinul). Pe lângă aceasta, subiecții pot ajunge să-și închipuie lucruri inexistente, datorită puterii imaginației de a crea, de a anticipa și de a face să admită ca sigure, în prezent ori în viitor, lucruri pe care nimic nu îi justifică să creadă că se vor întâmpla în realitate: „Frica este o presimțire a primejdiei închipuite și, iarăși, frica este o cutremurare a inimii care se înspăimântă și se întristează pentru unele nenorociri îndoielnice” ³²⁸. Dar, imaginația poate face și ca lucrurile cele mai sigure și mai evidente să fie puse la îndoială: „Teama este lipsirea de orice încredințare, chiar în lucrurile cele mai sigure” ³²⁹. Aici prin această deformare a realității, prin neperceperea a ceea ce există și perceperea a ceea ce nu există, se vede clar caracterul dominant al imaginației asupra celorlalte facultăți sufletești cărora le impune reprezentările ei, faptul că frica este o tulburare mintală, ieșind astfel și mai mult în evidență. Această tulburare mintală poate avea repercursiuni grave asupra conștiinței, persoanele în cauză putând cădea pradă *delirului* ³³⁰.

În această stare, subiecții pot ajunge să fie de-a dreptul înspăimântați, anxioși și angoasați neavând un obiect timeric (sau mai

³²⁶ *Filocalia*, vol. I, Editura Institutul de Arte Grafice "Dacia Traiana", Sibiu, 1947, p.266.

³²⁷ Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, op. cit., p.190.

³²⁸ Sfântul Ioan Scărarul, *Scara Raiului*, op. cit., p.200.

³²⁹ *Ibidem*.

³³⁰ Delir - tulburarea conștiinței, manifestată prin halucinații, aiureli, iluzii etc., întâlnită în unele boli mintale, în stări febrile, etc.

multe) bine precizat, și chiar de-l vor avea, caracterul de iraționalitate îi lipsește totuși de orice justificare; lipsite de rațiuni obiective ce le-ar putea produce, aceste temeri domină rațiunea umană, astfel că, puterile sufletului care-i îngăduie omului să vadă dimensiunile reale ale lucrurilor (fenomenelor) sunt influențate, paralizate, chiar de aceste temeri: „căci spaima nu este altceva fără numai lepădarea oricărui ajutor care-ți vine de la dreapta judecată” (Înțelepciunea lui Solomon 17, 11), dreaptă judecată, ce nu va putea să își vină în fire fără a lepăda grija bolnavă de cele lumești, de care s-a lipit omul prin *philautie*. Dar din această iubire de sine pot apărea și o serie de patimi, care la rândul lor pot fi prilejuri ale fricii, după cum vom vedea în continuare.

Am înțeles din cele de mai sus că prin pervertirea unora din cele ce trebuiau să servească legăturii omului cu Dumnezeu, s-a ajuns la o uitare de El, la o alipire de lume și implicit, de bunurile ei, folosite în chip pătimăș. Dar prin redirectionarea lor spre Dumnezeu, omul va reface legătura cu El, dezlipindu-se treptat și de frica ce-l ținutia față de lume. Tot astfel se va proceda și cu patimile prin preschimbarea lor în virtuți, astfel că, fiecărei patimi ce înlesnește frica lumească (nefirească) i se va opune o virtute, deci, o stare firească a omului (acel mod de a fi ce te izbăvește de moarte și de iad), rezultată din conlucrarea lui Dumnezeu cu el, stare ce trebuie aprofundată pentru o cunoaștere și o iubire tot mai profundă față de El.

b.1. După cum am văzut *necredința* joacă un rol esențial în apariția fricii, ea fiind alături de slava deșartă - după Sfântul Ioan Scărarul - părintele fricii ³³¹. După Sfântul Ioan Damaschin, *necredința* este un păcat provocat de rațiune ³³² (o rațiune pervertită), o patimă sufletească izvorâtă atunci când „ochiul sufletului (sau mintea) este întunecat de principalele patimi sufletești: uitarea, nepăsarea și neștiința” ³³³.

Astfel că, cel ce va avea *credință* neclintită - după cum spune Evagrie - nu va primi bântuielile fricii ³³⁴. Prin urmare, cel ce crede,

³³¹ Sfântul Ioan Scărarul, *Scara Raiului*, op. cit., p.200.

³³² Mitropolit Hierotheos Vlachos, *Psihoterapia ortodoxă*, op. cit., p.294.

³³³ *Ibidem*, p.295.

³³⁴ Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, op. cit., p.543.

adică cugetă nepătimaș despre Dumnezeu ³³⁵, și se încrede în El, va avea nădejde în purtarea Sa de grijă și orice lucru de care va avea nevoie, precum și orice ajutor și apărare, le va primi la vremea cuvenită, el neînfricoșându-se de întâmplările vieții, de dușmănia oamenilor și chiar de moarte. Întru acestea ne povățuiește și Sfântul Apostol Pavel, care după ce a dat o definiție a credinței - „încredințarea (*ipostasul*) celor nădăjduite, dovedirea lucrurilor celor nevăzute”(Evrei 11, 1) - ne asigură că nu avem de ce/cine să ne temem (afară de Dumnezeu): „... căci Însuși Dumnezeu a zis: <<Nu te voi lăsa, nici nu te voi părăsi>>. Pentru aceea, având buna îndrăzneală ³³⁶, să zicem: <<Domnul este ajutorul meu; nu mă voi teme! Ce-mi va face mie omul? >>” (Evrei 13, 5-6). Iar Psalmistul David adaugă la acestea: „Domnul e luminarea mea și mântuitorul meu: de cine mă voi teme? Domnul este ocrotitorul vieții mele: de cine mă voi înfricoșa?”(Ps.26, 1)(S4/I) și: „Chiar de-aș umbla prin mijlocul umbrei morții, nu mă voi teme de rele, căci Tu ești cu mine”(Ps.22, 4)(S4/I).

Printr-o neîncredere în ajutorul divin, omul poate cădea în *deznădejde*, din acest hău lăuntric, putând ieși tot prin rugăciune și încredințarea în ajutorul pe care Dumnezeu i-l va oferi ³³⁷.

Dar, această credință, după cum am spus, vine dintr-o împreună lucrare a omului cu Dumnezeu, și prin urmare, nu credința în sine îl scapă pe om de frică, ci ajutorul lui Dumnezeu, pe care i-l oferă ca răspuns la credința omului în El, Dumnezeu alimentând permanent -

³³⁵ *Filocalia*, vol. I, *op. cit.*, p.334.

³³⁶ Ce izvorăște din iubire.

³³⁷ „Toți Sfinții Părinți mărturisesc într-un glas că nici un păcat nu este așa de vătămător precum este *păcatul deznădăjduirii*, căci el e aproape ca și lepădarea de Dumnezeu. Pentru aceasta, fraților, să ne doară inima pentru păcatele noastre, căci prin ele am supărat pe bunul Dumnezeu, dar întristarea noastră să fie totdeauna însoțită cu *nădejdea în mila Părintelui Ceresc* și niciodată să nu avem îndoială de mântuire. Obiceiul vrăjmașului este să aducă în inimă *frica cea dobitocească și tulburare*, ca prin asta să arunce pe om în deznădejde. Dar tu, frate creștine, chiar dacă L-ai vedea pe Însuși Domnul ca își întoarce fața Sa de la tine și nu te mai socotești între oile Sale, tu nici atunci să nu te împruținezi, ci roagă-te cu stăruință de El, precum se ruga și văduva cea necăjită către judecătorul nedreptății...și nu vei rămâne rușinat. Strigă cu îndrăzneală la gândurile cele otrăvite, cum striga și Sfântul Proroc David, zicând: <<Domnul este luminarea mea și Mântuitorul meu. De cine mă voi teme?>>, și apoi zi: <<Nădejdea mea este Tatăl, scăparea mea este Fiul, acoperământul meu este Duhul Sfânt!>>”. (Sfântul Ioan Iacob Hozevitul, apud Ioan Iaroslav, *Cum să ne mântuim*, vol.II, Editura Credința strămoșească, Iași, p.816.)

dacă omul nu se îndoiește - credința acestuia. Astfel că, ajutorul lui Dumnezeu, venit din mila și iubirea Sa pentru făptura Lui, îl scoate pe om din impasuri și primejdii. Sfântul Siluan Athonitul istorisește că deși era stânjenit, noaptea și ziua, de demonii care nu-l lăsau să se roage, cu toate acestea, deși sufletul lui îi vedea, el nu se temea, pentru că simțea cu el și mila lui Dumnezeu, simțind că Dumnezeu îl iubește, îl luminează, îl vindecă, El Însuși învățându-i sufletul ce este smerenia, iubirea, răbdarea și ascultarea, revărsând peste el toată mila Sa ³³⁸.

Aici intră în discuție *rugăciunea*, căci ajutorul lui Dumnezeu trebuie cerut, bineînțeles, cu credința că Dumnezeu i-l poate da și cu nădejdea că îl va primi. Dacă omul a ajuns să se cunoască pe sine și să-și conștientizeze starea duhovnicească, deci, să-și cerceteze patimile și să le identifice - stare la care se ajunge tot prin luminarea harului dumnezeiesc, stare ce are intensități diferite -, omul, pe lângă pocăință și mărturisirea păcatelor va apela la rugăciune, pentru a primi vindecarea sufletului de către Dumnezeu. Sfântul Isaac Sirul precizează în acest sens că atunci: „când (omul) vede că inima lui nu are liniște din partea fricii și tremurăturii, va înțelege și va cunoaște că această frică îi arată că este lipsit de altcineva, care să-l ajute. Căci inima dă mărturie prin frica ce-o apasă și o războiește înăuntru că-i lipsește cineva (...). Căci ajutorul lui Dumnezeu este cel ce mântuiește” ³³⁹. Pe lângă faptul de a frecventa (chiar și în timpul nopții) locurile care provoacă teamă, Sfântul Ioan Scărarul îndeamnă pe cei ce suferă de această frică să se într-armeze cu rugăciunea și îndeosebi „rugăciunea lui Iisus”: „Ajungând (acolo), întinde mâinile și alungă pe vrajmaș prin chemarea numelui lui Iisus („*Iisou onomati*”), căci nu există în cer sau pe pământ o armă mai puternică. Tămăduit fiind de această boală, laudă pe Cel care te-a eliberat; mulțumindu-I te va ocroti în veac” ³⁴⁰.

Cu toate că este izvorul mângâierilor, iluminarea minții și întărirea bunelor obiceiuri, rugăciunea este și o știință purtătoare de viață ce

³³⁸ Cuviosul Siluan Athonitul, *Între iadul deznădejzii și iadul smereniei*, op. cit., pp.212-213.

³³⁹ Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, op. cit., p.544.

³⁴⁰ Sfântul Ioan Scărarul, *Scara Raiului*, op. cit., p.200.

introduce duhul în sfera lui Dumnezeu, în care este rădăcina vieții ³⁴¹, știință ce trebuie învățată prin buna, rodnică sinergie dintre Dumnezeu și om. Dar și în rugăciune omul poate fi înfricoșat ³⁴², vrăjmașul încercând astfel să-i distragă atenția de la Dumnezeu, dar omul știind că Dumnezeu vede toate acestea, fiind conștient de acest lucru, nu are de ce să se mai înfricoșeze, el trebuind să se încreadă și mai mult în purtarea de grijă a lui Dumnezeu. Prin această înfricoșare se poate vedea o slăbire a credinței omului față de Dumnezeu, căci „rugăciunea întotdeauna este expresia atitudinii noastre față de Dumnezeu. Când rugăciunea este bună - caldă, râvnitoare, atentă, atunci și atitudinea noastră față de Dumnezeu este bună. Atunci totul este bine” ³⁴³. Dar totodată, această înfricoșare poate fi și un rezultat al pedagogiei divine, căci Dumnezeu, retrăgându-Și (în modul cel mai cu finețe posibil) harul Său, îl pune pe om în ipostaza de a se încrede sau nu, în continuare, în El, de a-și conștientiza sau nu condiția sa, în lipsă de ajutor dumnezeiesc, și de a-I cere sau nu sprijinul necesar. Totuși, frica rămâne un semn al slăbirii credinței, fie în rugăciune sau în oricare alte activități umane sau divino-umane.

Iată ce scrie Evagrie: „Cel ce are grijă de rugăciunea curată va pătimi de la draci ocări, lovituri, strigăte și vătămări. Dar nu va cădea, nici nu-și va părăsi gândul, zicând către Dumnezeu: <<Nu mă voi teme de rele, căci Tu cu mine ești>> și cele asemenea. Tot el arată că <<este firesc ca cel al cărui minte este întotdeauna îndreptată spre Dumnezeu, având în partea mânioasă ³⁴⁴ deplina aducere-aminte de El, iar partea poftitoare cu totul întinsă spre El, să nu se teamă de cei care umblă răcnind în jurul trupurilor, adică de duhurile răzvrătite, care ne dușmănesc>>. Într-adevăr, prin rugăciunea inimii omul se află tot timpul unit cu Dumnezeu, primind ajutorul Lui neîncetat, astfel că, nici o pricină de teamă nu i se poate strecura în suflet. <<Un bătrân a zis: Fie că dormi, fie că veghezi și în tot ce faci să-L ai pe Dumnezeu

³⁴¹ Sfântul Teofan Zăvorâtul, *Sfaturi înțelepte*, Editura Cartea Ortodoxă & Editura Egumenița, Galați, p.316, p.318, p.322.

³⁴² *Ibidem*, p.322.

³⁴³ *Ibidem*, p.331.

³⁴⁴ Irascibilă.

înaintea ochilor, și nu va putea vrăjmașul să te înspăimânte. Dacă gândul tău rămâne ațintit la Dumnezeu, puterea Lui rămâne și ea în tine>>. Cu cât rugăciunea este mai curată, cu atât pierе frica. <<Semnul că s-a ajuns la (rugăciunea adevărată) este că omul nu se mai tulbură chiar dacă lumea întreagă s-ar porni împotriva lui>>, scrie Sfântul Varsanufie. La stingerea fricii și a patimilor iscate de ea se ajunge, în acest caz, datorită prezenței continue a puterii dumnezeiești în sufletul omului, adusă de rugăciunea neîncetată. Dar omul se poate izbăvi de frică și rugându-se anume lui Dumnezeu pentru aceasta. Astfel, Avva Ioan din Singurătate spune: <<Dacă cerem de la Domnul, El ne dă putere și ne ajută să scăpăm de frică>>” ³⁴⁵. Întâlnim și la Pateric un fapt asemănător: „Întrebat-a oarecine pe avva Theodor: de se va face de năprasnă vreo cădere și tu te temi, avvo? I-a zis lui bătrânul: de se va lipi cerul de pământ, Theodor nu se teme; căci s-a fost rugat lui Dumnezeu ca să se ridice de la dânsul frica” ³⁴⁶.

b.2. Dar, frica poate fi prilejuită și de patima *slavei deșarte*, căci „frica este o boală copilărească și vrednică de răs a sufletului iubitor de slavă deșartă” ³⁴⁷ (Sfântul Simeon Noul Teolog). Și Sfântul Ioan Scărarul, spune că pe lângă necredință, slava deșartă este părintele fricii ³⁴⁸. Din gândul slavei deșarte se naște și cel al *mândriei* ³⁴⁹ (Evagrie), iar după Sfântul Ioan Scărarul: „sufletul mândru, care se bizuie numai pe sine, este sclavul temerii” ³⁵⁰. Prin urmare, frica izvorâtă din mândrie, poate fi înlăturată prin vindecarea sufletului de mândrie, lucru realizabil prin intermediul *smereniei* ³⁵¹. Sfântul Isaac Sirul spune că: „cel lipsit de smerenie e lipsit și de desăvârșire. Și cel

³⁴⁵ Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, op. cit., p.544.

³⁴⁶ *Patericul*, Tipărit de Episcopia Ortodoxă Română a Alba Iuliei, 1993, p.90.

³⁴⁷ *Filocalia*, vol. VI, op. cit., p.37.

³⁴⁸ Sfântul Ioan Scărarul, *Scara Raiului*, op. cit., p.200.

³⁴⁹ *Filocalia*, vol. I, op. cit., p.59.

³⁵⁰ Sfântul Ioan Scărarul, *Scara Raiului*, op. cit., p.200.

³⁵¹ „Un bătrân a zis <<că mai mult decât orice avem trebuință de smerenie. La tot cuvântul ce auzim să zicem: Iartă!>> Căci smerenia strică toate meșteșugurile vrăjmașului (...) Bătrânul vrea să ne arate că nici frica lui Dumnezeu, nici milostenia, nici credința, nici postul, nici altă faptă bună nu se pot săvârși fără smerenie. De aceea, zice să avem înaintea de orice, smerenie, adică gând și cuget smerit, să fim gata la tot cuvântul ce auzim să zicem: <<Iartă!>>, fiindcă prin smerenie se nimicesc toate uneltirile vrăjmașului”. (Avva Dorotei, apud Ioan Iaroslav, *Cum să ne mântuim*, vol.II, op. cit., p.506.)

lipsit de aceasta e pururea înfricoșat”³⁵². Cu toate acestea, Sfântul Ioan Scărarul ne atrage atenția că deși toți cei care sunt fricoși sunt și înfumurați, nu toți cei care nu se tem sunt și smeriți, căci: „așa spre pildă, tâlharii și hoții de morminte se întâmplă să nu fie temători”³⁵³.

Și Sfântul Simion Noul Teolog îndeamnă tot la smerenie: „Față de acest drac³⁵⁴ să nu cauți să te folosești de cuvinte și de contraziceri. Căci cuvintele nu folosesc nimic sufletului care tremură și se clatină. Lăsându-le pe acestea, smerește cu toată puterea gândirea ta și vei vedea cum dispare frica”³⁵⁵. Iar Părintele Dumitru Stăniloae precizează aici, că: „este demnă de remarcat această conviețuire între frică și slava deșartă. Iubitorul de slavă deșartă tremură de păreri tututor, chiar de ale celor mai neînsemnați oameni. De frica unor păreri care nu îți cultivă slava deșartă, nu vei putea scăpa contrazicând pe cei ce nu recunosc meritele tale, ci acceptând simțirea smereniei. *În smerenie stă adevăratul curaj față de alții*”³⁵⁶. Dar, starea de smerenie implică din partea omului și *lepădarea voii sale proprii*. Astfel, unui frate care-l întreabă: ce ar trebui să facă cineva ca să scape de turburarea gândurilor, Sfântul Varsanufie îi răspunde: să taie voia lui în toate și să păstreze smerita cugetare și astfel va fi izbăvit prin harul lui Dumnezeu, și oriunde va fi, neliniștea nu va avea putere asupra lui³⁵⁷. Dacă frica este legată de mândrie, atâta vreme cât omul se va încrede în propriile sale puteri, va fi chinuit de această patimă, o metodă sigură de a o contracara fiind lepădarea de sine și recunoașterea neputinței personale, elemente ce ușurează sălășluirea harului dumnezeiesc în inima celui ce le aplică.

Dar, și aici trebuie să îi cerem lui Dumnezeu să ne daruiască această smerenie: „Cu cât înmulțeste (rugăciunea), cu atât se smerește mai mult (omul) în inima sa (...). Iar când omul se smerește, îndată îl

³⁵² Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, op. cit., p.191.

³⁵³ Sfântul Ioan Scărarul, *Scara Raiului*, op. cit., p.200.

³⁵⁴ Drac al fricii = patima fricii, „izvorâtă din gânduri încărcate cu energie demonică, din gânduri rele”. (Arhim. Sofronie Saharov, *Nevoința cunoașterii lui Dumnezeu*, Editura Reîntregirea, Alba Iulia, 2006, p.48.)

³⁵⁵ *Filocalia*, vol. VI, op. cit., p.38.

³⁵⁶ *Ibidem*.

³⁵⁷ Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, op. cit., p.545.

înconjoară mila, și atunci inima simte ajutorul lui Dumnezeu. Și află în el o putere de încredere ce se mișcă în ea” ³⁵⁸ (Sfântul Isaac Sirul).

b.3. Pe lângă cele enumerate, frica, mai poate apărea și datorită *patimii trândăviei*, care, slăbind și întunecând mintea și moleșind sufletul, ducând omul spre o „amorțeală a tuturor mădurelor,” poate provoca un „somn fără măsură”, care la rândul lui poate birui pe om, prin înăsprirea inimii din mândrie, lipsindu-l pe el de „întristarea inimii”, fapt ce-i dă prilej fricii de a se strecura ³⁵⁹. Sfântul Simeon Noul Teolog vede o „împreună-lucrare” a celor doi draci (patimi), cel al fricii și cel al trândăviei: „Mare și anevoie de înțeles socotesc că este pentru toți această împreună-lucrare, răutate și uneltire a dracilor. Căci am cunoscut pe *dracul fricii* însoțindu-se și lucrând împreună cu *dracul trândăviei* și pe acesta din urmă ajutându-l pe cel dintâi și întărind lucrarea lui; de asemenea, pe cel dintâi sădind în suflet, frica împreună cu învârtoșarea, iar pe al doilea întărind întunecarea, moleșeala, învârtoșarea și deznădejdea sufletului și a minții” ³⁶⁰.

b.4. Dar trândăvia poate conlucra și cu *greutatea trupului* - ambele născute în suflet din lene și negrijă -, și împreună să aducă în cugetare întuneric și descurajare (deznădejde), iar prin intermediul acestora să se ivească în inimă pe lângă gândul de hulă și cel de frică ³⁶¹. Leacul pentru izbăvirea de acestea este bineînțeles rugăciunea, acel urcuș al minții spre Dumnezeu (Evagrie) ³⁶² și încrederea în El, căci e posibil ca acestea să-și aibă puterea și „dintr-o îngăduință de sus cu bun rost”, parte integrantă din pedagogia divină. Însă, pe lângă aceasta, Sfântul Simeon Noul Teolog mai vede și alte două pricini ale apariției patimii trândăviei, patimă ce obișnuiește să-i războiască de cele mai multe ori - după părerea lui - pe cei ce au înaintat în rugăciune sau pe cei ce se sârguiesc cu ea ³⁶³. Prima pricină ar fi îmbuibarea și adormirea în această stare de prea plin al stomacului, iar a doua este înfrânarea peste măsură ce are urmări negative asupra inimii, întunecand-o și

³⁵⁸ *Ibidem*.

³⁵⁹ *Filocalia*, vol. VI, *op. cit.*, p.38.

³⁶⁰ *Ibidem*, pp. 38-39.

³⁶¹ *Ibidem*, p.36.

³⁶² *Filocalia*, vol. I, *op. cit.*, p.79.

³⁶³ *Filocalia*, vol. VI, *op. cit.*, p.39.

lipsind-o de mobilitatea ei firească ³⁶⁴. Prin urmare, constatăm că excesul nu este bun, nici într-o parte, nici în cealaltă, un rol hotărâtor în vindecarea trândăviei, pe lângă rugăciune, avându-l *înțelepciunea* și *dreapta socoteală*.

Înțelegem că, fără o dreaptă socoteală izvorâtă dintr-o înțelepciune luminată de harul Înțelepciunii, omul va putea să postească, dar postul - maică a virtuților și a tuturor lucrurilor bune, calea împăratească a curățirii și maica nepătimirii ³⁶⁵ - nu va putea fi utilizat într-un mod firesc (constructiv deci) fără acestea două, înțelepciunea și dreapta socoteală, care, izvorâte din Dumnezeu, dau echilibru vieții.

b.5. Dar dacă omul nu se încrede în Dumnezeu și în darurile dumnezeiești ce le poate primi de la Acesta, cum va putea evolua duhovnicește în împlinirea virtuților necesare înlăturării patimilor, căci patimile se crează din lipsa prezenței lucrătoare a virtuților ³⁶⁶. Și după cum spune Sfântul Ioan Scărarul: „*sterpăciunea sufletului* ³⁶⁷ este aceea care ne produce teama, iar uneori și pedeapsa („*paidevsis*”) pe care, ne-o trimite Dumnezeu, potrivit economiei Sale, pentru a ne face să nu avem încredere prea mare în forțele proprii” ³⁶⁸.

Acest lucru îl vedem lămurit în cazul lui Adam, după cădere, când la întrebarea lui Dumnezeu: „Adame, unde ești?”, acesta răspunde: „Am auzit glasul Tău în rai și m-am temut, căci *sunt gol*, și m-am ascuns”(Facere 3, 9-10). Această goliciune, vine din nerodirea Duhului Sfânt în sufletul celui ce s-a depărtat de Dumnezeu, autonomizându-se, dorind să aibă viață prin sine însuși și nu prin Dumnezeu, Însăși Viața, Sens și Centru al existenței.

b.6. Dar, toate cele enumerate, ce mijlocesc apariția fricii, n-ar fi posibile dacă omul nu s-ar afla într-o *stare de păcat*, mai mult sau mai puțin conștientizată. Sfântul Ioan Hrisostom ne spune că: „cel care

³⁶⁴ Probabil folosit cu sensul utilizat anterior, a inimii înăsprite de mândrie, ce nu mai simte iubirea față de aproapele ori față de Dumnezeu, rămânând blocată în sinele autonom.

³⁶⁵ Makarios Simonopetrul, *Triodul explicat. Mistagogia timpului liturgic*, Editura Deisis, Sibiu, 2008, p.94.

³⁶⁶ Ieromonah Teofan Mada, *Despățimirea. De la etică la ființialitate*, op. cit., p.105.

³⁶⁷ În traducerea lui Jean-Claude Larchet: „lipsa de rod a sufletului”.

³⁶⁸ Sfântul Ioan Scărarul, *Scara Raiului*, op. cit., p.201.

viețuiește în păcat este întotdeauna temător; și după cum cei care au de străbătut un drum într-o noapte întunecată și fără lună tremură de frică, cu toate că nu-i amenință nimeni și nimic, tot așa păcătoșii se tem tot timpul; chiar și atunci când nu-i mustră nimeni, conștiința lor încărcată îi face să se sperie de orice lucru, să se ferească de toți, și toate să li se pară înfricoșătoare și înspăimântătoare, nefiind nimic care să nu-i umple de neliniște” ³⁶⁹. „Aceste remarce nu se aplică numai celor care, dorind să trăiască potrivit poruncilor sau cel puțin cunoscându-le, le-au călcat și, prin urmare, suferă muștrările conștiinței, ci, de asemenea, și celor care, trăind în afara credinței și în necunoașterea poruncilor, au totuși un oarecare sentiment al stărilor de păcătoșenie. Se pare chiar, că *starea de păcat trezește frica, sub forma anxietății și angoasei, cu atât mai mult cu cât omul nu are conștiința limpede a păcatului său*. Referindu-se la *frica sufletului în care este o mărturie a păcatului*, Sfântul Diadoh al Foticeii îl sfătuiește pe creștin să-și mărturisească chiar greșelile cele fără de voie și cele fără de știință, căci, spune el, <<dacă nu ne vom mărturisi cum trebuie și pentru greșelile fără de voie, vom afla în noi în vremea ieșirii noastre o oarecare frică nelămurită>>” ³⁷⁰.

Dar, din starea de păcat nu se poate ieși decât prin *pocăință*, această lucrare a omului în care se înfăptuiește asemănarea cu Dumnezeu, realizată în comuniune cu harul divin, lucrare prin care și în care ne întoarcem de la moarte la viață ³⁷¹. Însă, această lucrare implică și căința pentru viața păcătoasă în care am zăbovit și mai zăbovim, precum și întristarea pentru păcatele cele de voie și fără de voie, lupta cu obiceiurile păcătoase, strădania de a le birui și întristarea pentru înfrângerile fără voie suferite din partea lor și de asemenea silirea de sine spre plinirea tuturor poruncilor evanghelice, porunci înțelese ca fericiri. Totodată trebuie să cerem iertare de la Dumnezeu, să ne împăcăm cu El, să ștergem prin credincioșia față de El,

³⁶⁹ Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, op. cit., pp.191-192.

³⁷⁰ *Ibidem*, p.192.

³⁷¹ Ieromonahul Rafail Noica, *Cultura Duhului*, Editura Reîntregirea, Alba Iulia, 2002, p.65, p.70.

necredincioșia de mai înainte, iar prietenia cu păcatul să o înlocuim prin ura față de păcat ³⁷².

Dar, acestea și multe altele sunt posibile, după cum am arătat, doar cu ajutorul Duhului Sfânt, Care, prin harul Său, de la prima treaptă a acestei lucrări - faptul de a ne arăta diferența dintre lumina adevărată și întuneric și astfel să ne facă să conștientizăm în ce întuneric (stare de păcătoșenie) zăcem -, și până la ultima nevoie din această lume, pe care Dumnezeu o îngăduie înainte de a-l lua pe nevoitor în „cămara Sa”, îl întărește pe cel ce se nevoiește în această *cale a fericirilor* ³⁷³. Căci asta și este, iar Mântuitorul descrie călătoria diferitelor trepte ale pocăinței ca fiind fericiri. Dar, cel care *trăiește pocăința* (se nevoiește în această *știință a veșniciei*). Deși cunoaște și vorbește de lacrimi și de durere, ceea ce el trăiește mai puternic și mai cu adevărat este *o bucurie, o nădejde nesfârșită, o insuflare a Duhului Sfânt*, care-i dă putere să treacă, așa precum și maica, când naște, în multă nădejde trece prin acele dureri, știind că va avea bucuria de a ține în ziua aceea un copil în brațe ³⁷⁴ (Ioan 16, 21). Iar în această lucrare, luptă anevoioasă cu patimile și cu noi înșine, înspre Dumnezeire, omul se desprinde treptat de cele lumești, iar astfel va începe și *curățirea inimii, cel ce-a dobândit o inimă curată, biruind, prin urmare, frica* ³⁷⁵ (Sfântul Simeon Noul Teolog). „Iar cel ce se curățește încă, aici o biruie, aici e biruit de ea” ³⁷⁶, el neajungând la o totală curățire a inimii.

Dar, o condiție necesară pocăinței și vieții însăși este *iubirea*, ea devenind și un leac împotriva fricii. Iar iubirea nu trebuie direcționată doar spre Dumnezeu, ci și spre aproapele, fie el bun sau rău, după cuvintele Mântuitorului (Matei 5, 44; 6, 14-15; Ioan 13, 34-35; 15, 12-14) și ale Sfântului Ioan Evanghelistul (1Ioan 2, 9-11; 3, 14-24; 4, 7-8,

³⁷² Sfântul Ignatie Briancianinov, *Aripi duhovnicești pentru cei osteniți și împovărați. Experiențe ascetice*, vol. III, Editura Sophia & Editura Cartea Ortodoxă, București, 2004, p.65.

³⁷³ Ieromonah Rafail Noica, *Cultura Duhului*, op. cit., p.77.

³⁷⁴ *Ibidem*, p.76.

³⁷⁵ *Filocalia*, vol. VI, op. cit., p.36.

³⁷⁶ *Ibidem*.

11-12, 20-21; 5, 2). Prin urmare, trebuie să-L iubim pe Dumnezeu, dar și pe aproapele nostru și să răbdăm toate întru Hristos, fapt necesar mântuirii noastre (Matei 10, 22; Luca 21, 19; Evrei 10, 36). Dar să iubim, căci după cuvântul Sfântului Ioan Evanghelistul: „În iubire nu este frică, ci iubirea desăvârșită alungă frica (...)” (1Ioan 4, 18). Iar *cel ce-și iubește vrăjmașii va avea pace de la Dumnezeu* și nu se va teme: „Sufletul păcătos, rob al patimilor, nu poate avea pace, nici să se bucure de Domnul, chiar dacă ar avea toate bogățiile pământului [...]. Dacă cineva se roagă mult și postește, dar n-are *iubire pentru vrăjmași*, nu poate avea pace sufletească. Sufletul nu poate avea pace dacă nu se va ruga pentru vrăjmași. Nici eu n-aș putea vorbi despre ea, dacă Duhul Sfânt nu m-ar fi învățat această iubire. Duhul Sfânt învață sufletul o negrăită iubire pentru norod și milă pentru toți cei rătăciți. Sufletul învățat să se roage de harul lui Dumnezeu iubește și-i este milă de fiecare faptură și mai cu seamă de om, pentru care Domnul a pățimit pe cruce, și a suferit cu sufletul pentru noi toți. Domnul m-a învățat să iubesc pe vrăjmași. Fără harul lui Dumnezeu nu putem iubi pe vrăjmași, dar Duhul Sfânt ne învață iubirea, și atunci ne va fi milă chiar și de demoni, pentru că s-au dezlipit de bine și au pierdut smerenia și iubirea lui Dumnezeu. Dar, cine gândește rău de vrăjmași, acela n-are în el iubirea lui Dumnezeu și nu-L cunoaște pe Dumnezeu. Dacă *te vei ruga pentru vrăjmași, va veni la tine pacea*.

Cuviosul Paisie cel Mare se ruga pentru unul dintre ucenicii lui care se lepădase de Hristos și, pe când se ruga, i S-a arătat Domnul și i-a zis: <<Pentru cine te rogi, Paisie? Nu știi că el s-a lepădat de Mine? >> Dar cuviosul continua să-i fie milă pentru ucenicul său, și atunci Domnul i-a zis: <<Paisie, prin iubirea ta te-ai asemănat Mie>>. Așa se dobândește pacea, *altă cale decât aceasta nu este*” ³⁷⁷.

Iar dacă vom primi pacea de la Dumnezeu: „Pace vă las vouă, pacea Mea o dau vouă, nu precum dă lumea vă dau Eu. Să nu se tulbure inima voastră, nici să se înfricoșeze” (Ioan 14, 27), de vreme

³⁷⁷ Cuviosul Siluan Athonitul, *Între iadul deznădejdiei și iadul smereniei*, op. cit., p.96, p.97, p.158, p.159.

ce-l vom iubi pe aproapele nostru, nu ne vom teme de el, căci *în iubire nu este frică*" (1Ioan 4, 18).

„Dar, fundamental, această învățătură se referă la *iubirea lui Dumnezeu*, care scoate din sufletul omului frica lumească și îndeosebi frica de moarte, care, cel mai adesea, este pricină a toată frica (Sfântul Isaac Sirul). Din iubirea lui Dumnezeu omul primește *puterea de încredere*, care biruie frica; unit cu Cel căruia îi sunt supuse toate, nimic nu-i poate face rău, nimic nu poate să-l vatăme. Prin iubire omul ajunge să viețuiască în preajma lui Dumnezeu și se înstrăinează de cele ale lumii, fie ele din afara lui, fie lăuntrice, care-i înfricoșează inima, și se desfată de bunătățile duhovnicești, care nu pot fi nicicum luate de la el. <<Câtă vreme ești cu oamenii, ³⁷⁸ așteaptă-te la neazuri și la primejdii și la bântuierile vânturilor nemateriale; dar când vei ajunge la cele gătite ție, atunci vei fi fără frică>>, scrie Sfântul Varsanufie" ³⁷⁹.

Dar, în această iubire se vede și o conștiință luminată a celui ce o are și vrea să o sporească, precum și o conștientizare a păcatului și o direcționare a fricii înspre păcat, acesta fiind văzut ca un element de separație a omului față de Dumnezeu și, deci, demn de dispreț. „Câtă vreme omul nu se teme de rău și nu se oprește de la cele rele, iubirea de bine nu se pune în mișcare în el cu dulceață și aprindere" ³⁸⁰.

Dar această iubire de bine și de frică, și această fugă de păcat, nu se pun în mișcare decât prin conlucrarea harului divin cu libera voință a omului: „Binele e așezat în firea sufletului, așa cum focul e așezat în firea cremenii și a fierului; are nevoie de cineva care să-l pună în mișcare, adică de *harul lui Dumnezeu* și *râvna omului*. Harul lucrează în chip firesc și invariabil, dar râvna omului cere o voință neatârnată și liberă, nelegată de nici o necesitate" ³⁸¹. Așadar, avem nevoie de Duhul Sfânt: „Nimeni nu poate cunoaște de la sine ce este iubirea lui Dumnezeu, dacă nu-l învață Duhul Sfânt (...)” ³⁸² și cunoscându-L pe

³⁷⁸ Referire la cele lumești și pervertite, la îndeletnicirile contra firii, la întovărășirea cea neroditoare și fără sens cu ceilalți.

³⁷⁹ Jean-Claude Larchet, *Terapeutică bolilor spirituale*, op. cit., p.545.

³⁸⁰ Sfântul Isaac Sirul, *Cuvinte către singuratici. Partea a doua, recent descoperită*, op. cit., p.123.

³⁸¹ *Ibidem*.

³⁸² Cuviosul Siluan Athonitul, *Între iadul deznădejzii și iadul smereniei*, op. cit., p.145.

Dumnezeu și iubirea Lui, te vei teme de ceea ce te desparte de El, adică de păcat: „Domnul ne iubește și de aceea nu ne putem teme de nimic, afară de păcat, pentru că prin păcat se pierde harul și fără harul lui Dumnezeu vrăjmașul vânează sufletul, așa cum vântul sau fumul ³⁸³ mână o frunză uscată” ³⁸⁴.

Sfântul Siluan Athonitul spune că „pentru iubirea de frate vine iubirea lui Dumnezeu” ³⁸⁵, dar această înțelepciune de a vedea ce e rău și ce-i bine și de a dori binele și de a pune temelie faptelor bune vine prin *tăierea de către om a voii sale* și încredințarea întru toate lui Dumnezeu: „Dar înțelepciunea trebuie învățată printr-o îndelungă experiență. Ea este dată de la Dumnezeu pentru ascultare. Domnul iubește sufletul ascultător și, dacă îl iubește, îi dă ceea ce sufletul a cerut de la Dumnezeu” ³⁸⁶. „Cel ce ascultă este mare înaintea lui Dumnezeu. *Domnul iubește sufletul ascultător și-i dă pacea Lui și atunci totul este bine și sufletul simte iubire pentru toți.*

Cel ce ascultă și-a pus toată nădejdea în Dumnezeu, și de aceea sufletul său este totdeauna în Dumnezeu, și Domnul îi dă harul Său și acest har învață sufletul tot binele și-i dă puterea de a rămâne în bine. El vede răul, dar acest rău nu are nici o putere asupra sufletului, pentru că e cu el harul Sfântului Duh, care-l păzește de orice păcat, și el se roagă lui Dumnezeu în pace și ușor.

Cel ce ascultă, s-a predat pe sine voii lui Dumnezeu și pentru aceasta, îi sunt dăruite libertatea și odihna în Dumnezeu și se roagă cu mintea curată” ³⁸⁷.

„Ascultarea este de trebuință nu numai monahului, ci fiecărui om (...). *Cine ascultă s-a predat pe sine voii lui Dumnezeu și nu se teme de moarte*, pentru că sufletul lui s-a obișnuit să viețuiască cu Domnul, și-L

³⁸³ *Vântul* - adică puterea pe care vrăjmașul o va avea asupra noastră și cu care ne va manevra în ce direcție dorește, de vreme ce prin alipirea nefirească de cele lumești și prin cele ce izvorăsc din aceasta, am devenit robi lumii, și prin lume și diavolului, pierzându-ne astfel puterea voinței, libertatea de decizie, căci *fumul* ce acoperă vederea și slăbește puterea de mișcare a sufletului și implicit a trupului, va îngreuna deciziile corecte, de vreme ce o minte înfumurată (ce se află în fumul iluziilor) nu poate privi dincolo de cortina de fum, decât cu ajutor divin.

³⁸⁴ *Ibidem*, p.95.

³⁸⁵ *Ibidem*, p.206.

³⁸⁶ *Ibidem*, p.204.

³⁸⁷ *Ibidem*, p.202.

iubește pe El. El și-a tăiat voia proprie și, de aceea, nu are nici în suflet, nici în trup acea luptă care îl chinuie pe cel ce nu ascultă și pe cel ce lucrează după voia sa proprie” ³⁸⁸.

„Prin ascultare omul se păzește de mândrie; pentru ascultare se dă rugăciunea; *pentru ascultare se dă și harul Duhului Sfânt*. Iată de ce ascultarea e mai presus decât postul și rugăciunea” ³⁸⁹.

Iată așadar, că Duhul Sfânt trebuie provocat, prin fapte proprii firii noastre, zămislite din iubire, și El va veni negreșit, căci nu de starea noastră păcătoasă se scârbește El, ci de consimțirea noastră față de ea, de acceptarea păcatului de către minte: „Când mintea e furată de mândrie și se înfundă în ea însăși și-și închipuie că este ceva prin sine însăși fiindcă se nevoiește ³⁹⁰, harul care o luminează în chip nevăzut se depărtează de la ea și, lăsând-o îndată goală, ea își dă seama repede de neputința ei” ³⁹¹.

Și Sfântul Simeon Noul Teolog e de părere că, din iubirea pentru vrăjmași și din implicita rugăciune pentru ei, Dumnezeu îl învrednicește de mari daruri duhovnicești, dându-i o conștiință luminată, în care vede amăgitoarea stare a mundanului și astfel despărțirea lui de atașarea păcătoasă față de lume sporește: „Cel ce iubește din simțire lăuntrică ³⁹² pe cei care-l vorbesc de rău, sau îl nedreptătesc, sau îl urăsc și-l păgubesc, și se roagă pentru ei (Matei 5, 44), ajunge în scurtă vreme la o mare sporire. Căci făcând aceasta întru simțirea inimii, își coboară socotința în adânc de smerenie și în izvoare de lacrimi, în care se scufundă cele trei părți ale sufletului ³⁹³.

³⁸⁸ *Ibidem*, p.203.

³⁸⁹ *Ibidem*, p.204.

³⁹⁰ Cade în mândrie crezând că a ajuns pe o treaptă înaltă a duhovniciei pentru că s-a nevoit, și-L exclude pe Dumnezeu din trăirile lui, El fiind Cel Care i-a dat puterea nevoitorului de a spori. Sfântul Siluan Athonitul spune că din nevoiește (ascetice) făcute fără ascultare se naște slavă deșartă. Vezi Cuviosul Siluan Athonitul, *op. cit.*, p.204.

³⁹¹ *Filocalia*, vol. VI, *op. cit.*, pp.40-41; Cf. Sfântul Isaac Sirul, *Cuvinte către singuratici. Partea a doua, recent descoperită*, *op. cit.*, p.169.

³⁹² Lăuntru în care lucrează harul Duhului Sfânt.

³⁹³ Partea poftitoare, partea irascibilă și partea rațională. Astfel că, se smerește întreg omul nu numai gândurile lui, ci și pofta (dorința) lui, precum și iuțimea acțiunii de a avea ceva. Prin urmare, toate ale omului (trup și suflet) se vor înfrâna astfel: partea pasională (cea irascibilă și concupiscentă) este supusă părții cugetătoare (raționale) a sufletului, care, luminată de harul Duhului Sfânt, va ajunge la înțelegerea duhovnicească a lucrurilor create, și care, dacă prin fire este menită să conducă în

Acela urcă mintea în cerul nepătimirii și o face văzătoare și, prin gustarea bunătății de acolo, ajunge de socotește toate ale vieții de aici, gunoaie. Și însăși mâncarea și hrana nu o mai primește cu plăcere și des”³⁹⁴.

Dar și dobândirea iubirii aproapelui și cea a lui Dumnezeu, implică anumite trepte duhovnicești, de pe care se poate înainta în nevointă (a minții sau/și a trupului) sau se poate regresa, iar în această strădanie a despătimirii și îndumnezeirii avem neapărată nevoie de acea frică firească, revigorată din alterarea ei - cea din starea autonomiei umane, individualizării și separării naturii umane de Dumnezeu - , frică, care de data aceasta se va afla la un alt nivel, unul mai evoluat ca stare duhovnicească. Astfel că, nu va fi doar o putere ce susține existența prin ferire de cele ce ar putea-o distruge, un simplu instinct de conservare, al unei persoane conștiente de existența sa ca dar al lui Dumnezeu, ci pe lângă această frică, care rămâne activă, frica despre care vom vorbi, și care, la rândul-i este un remediu împotriva fricii nefirești, implică o mai mare apropiere a omului de Dumnezeu și o mai profundă încredințare în Pronia divină. Această frică este cea pe care Părinții o numesc mântuitoare și mai precis cea pe care tradiția ascetică o numește *frică de Dumnezeu*. Această frică este de fapt opusul fricii de lume, dar, deși ca natură, ca tendință firească a omului de a se teme, este aceeași cu frica nefirească, ea se îndreaptă așa cum se cuvine naturii ei, adică spre Dumnezeu. Altfel spus, atât frica nefirească (păcătoasă), cât și frica de Dumnezeu își au obârșia în frica firească sădită de Dumnezeu în noi - acea frică ce corespunde instinctului de conservare, acea tendință înnăscută a omului de a se menține în viață și a-și perpetua existența, frică ce-l ține pe om lipit de natura sa, alipindu-se prin ea de viață, de existență și temându-se de

asa fel încât să evite tot ce e rău, cultivând amintirea lui Dumnezeu și împlinind poruncile Lui - calea spre desăvârșita iubire de Dumnezeu (Sfântul Grigorie Palama) -, va cuceri partea pasională a sufletului, care, deja a fost direcționată înspre sensul ei firesc, adică spre bine, spre Dumnezeu, căci patimile nu se mortifică, ci se preschimbă în dorința infinită pentru Dumnezeu, se orientează ontologic către El. Pentru nepătimire vezi Ieromonah Teofan Mada, *Despătimirea. De la etică la ființialitate*, op. cit., sau Mitropolit Hierotheos Vlachos, *Psihoterapia ortodoxă*, op. cit., precum și altele.

³⁹⁴ *Filocalia*, vol. VI, op. cit., p.25.

tot ceea ce i-ar putea-o răpi ori distruge, repugnând nonexistența -, doar că prima este pervertită, prin autonomizarea omului față de Dumnezeu și, prin urmare, ea devine un liant și un element integrant al forței de atracție a lumii față de cel împătimit, iar a doua este o continuare firească în duh, în Duhul lui Dumnezeu, a fricii firești, o conștientizare a ei într-un mod mai profund, prin intermediul căreia cel înduhovnicit se apropie de Dumnezeu; căci el nu se mai teme de simpla moarte biologică, ci de cea sufletească, despărțirea în vecie de viața în Dumnezeu, singura moarte de care trebuie să ne temem. Prin urmare, bazându-se pe aceeași tendință a sufletului, cele două feluri de frică (cea de lume și cea de Dumnezeu) se exclud unul pe celălalt.

De vreme ce prin împătimirea de plăcerile lumii și prin frica de ea lumea își manifestă forța sa de atracție față de om, pentru a o contracara, este necesară o forță și mai mare, și anume frica de Dumnezeu. „Căci nefiind în stare de la început să simțim bucuriile de care ne va face parte Dumnezeu, deci neputând fi dezlipiți prin ele de lume, trebuie să fim dezlipiți de lume printr-un act de putere, de înspăimântare, printr-o frică mai mare, prin cea de Dumnezeu” ³⁹⁵.

Așadar, această frică de Dumnezeu este unul din remediile fundamentale împotriva fricii de lume, frică mântuitoare care, cu cât crește mai mult în sufletul omului, cu atât o micșorează pe cea față de lume, luându-i locul. În acest sens, Sfântul Ioan Scărarul precizează: „Cel care a devenit rob Domnului se înfricoșează numai de Stăpânul său; cel care nu se teme încă de Acesta, deseori ajunge să se sperie de propria-i umbră” ³⁹⁶. Tot el spune că: „Teama pe care o avem față de stăpânitorii lumești și față de fiare, să ne fie exemplul pentru teama pe care ar trebui s-o avem față de Dumnezeu (...)” ³⁹⁷, arătând prin acestea natura comună a celor două frici și direcționarea greșită sau benefică a ei. „Frica de Dumnezeu este un izvor de viață ca să putem scăpa de cursele morții” (Pilde 14, 27) ³⁹⁸. „Frica de Dumnezeu este învățătură și

³⁹⁵ Preot Profesor Dr. Acad. Dumitru Stăniloae, *Ascetica și mistica ortodoxă*, vol.I, op. cit., p.124.

³⁹⁶ Sfântul Ioan Scărarul, *Scara Raiului*, op., cit., p.201.

³⁹⁷ *Ibidem*, p.235.

³⁹⁸ „Hotărârea Domnului este izvor de viață, ea îndepărtează de capcana morții” (S4/I). Literal, „Decretul Domnului”, cu alte cuvinte „Legea lui Moise”. Și în Biblia din

înțelepciune (...)” (Pilde 15, 33). „Frica de Domnul urăște nedreptatea, nemăsura, trufia și căile celor răi” (Pilde 8, 13)(S4/I). „Cel care se teme de Domnul n-are teamă de nimic; el nu tremură, căci Dumnezeu este nădejdea lui” (Înt. Sir. 34, 14). Și drept cuvânt este, după cum spune și Evagrie Ponticul: „Dacă stai în rugăciune înaintea lui Dumnezeu Atotțiitorul, Făcătorul și Proniatorul tuturor, de ce I te înfățișezi atât de lipsit de judecată, încât îți uiți de *frica Lui cea neîntrecută* și tremuri de niște țânțari și gândaci? Sau n-ai auzit pe cel ce zice: <<De Domnul Dumnezeuul tău să te temi ³⁹⁹ >> și iarăși <<De El se înfricoșează și tremură toate, de fața puterii Lui ⁴⁰⁰ >> și cele următoarele” ⁴⁰¹. Prin urmare, cel ce se teme de Dumnezeu, adică își îndreaptă frica lui cea firească spre El, menținând astfel o legătură, o comuniune cu El, nu se va teme de cele ale lumii văzute sau nevăzute, în afară de Dumnezeu: „Cel ce se teme de Domnul nu are frică de asaltul dracilor, nici de neputincioasele lor atacuri, dar nici de amenințările oamenilor răi (...). El are în lăuntrul său frica de Dumnezeu și poartă arma nebiruită a credinței cu care poate să le împlinească pe toate, chiar și pe cele ce par grele și cu neputință celor mulți” ⁴⁰². Iar Avva Serapion precizează că: „dacă (omul) stă înaintea lui Dumnezeu, și ia aminte înaintea Lui cu frică în tot ceasul, nimic dintr-ale vrăjmașului nu pot să-l îngrozească” ⁴⁰³. Plecând de la acestea să mergem mai departe în a explica mai detaliat această frică, care, după cum vom vedea, se prezintă sub două forme.

2.3. Delimitarea termenilor: frica de Dumnezeu - frica lui Dumnezeu

1914 apare sintagma „Frica Domnului” (frica de Domnul), probabil preluată din Textul Masoretic. Analogia este clară: doar prin și în frica de Domnul, poate cineva să îndeplinească Legea, prin însușirea căreia îndeplinim voia lui Dumnezeu în noi. Cert este că mulți Scriitori Bisericești au avut la îndemână texte în care Pilde 14, 27 apărea sub forma: „*Frica de Dumnezeu este un izvor...*”.

³⁹⁹ Deuteronom 10, 20.

⁴⁰⁰ Naum 1, 5.

⁴⁰¹ *Filocalia*, vol. I, *op. cit.*, p.87.

⁴⁰² *Filocalia*, vol. VI, *op. cit.*, pp.36-37.

⁴⁰³ *Patericul*, *op. cit.*, p.221.

Pentru a începe se cere o clarificare a noțiunilor. Există două feluri de frică, unul firesc și unul nefiresc, ultimul fiind în germene de aceeași natură cu primul doar că este pervertit, mai precis, este direcționat spre lume și cele ale ei, lume de care omul s-a lipit prin *philautie*, devenind astfel un element principal al forței de atracție a lumii față de om. Primul fel - frica firească, are, însă, două forme.

Prima formă este însăși frica firească - forța ce-l ține pe om lipit de ființa sa, și care-l face să se teamă de a nu-și pierde sufletul și trupul, forță ce corespunde instinctului de conservare -, iar a doua formă este cea pe care o vom analiza în continuare, frica de Dumnezeu, care, la rândul ei, are două forme, corespunzătoare celor două trepte ale acestei virtuți. Că această frică (de Dumnezeu) este o virtute, e de la sine înțeles de vreme ce această stare este una firească, mijlocind relația omului cu Dumnezeu și fiind un mod de a exista, în legătură cu Dumnezeu, ce-și are scopul în izbăvirea omului de moarte și de iad, adică în îndumnezeire, participarea și integrarea omului în viața Sfintei Treimi. Această frică implică un raport între om și Dumnezeu prin Sfintele Taine, și la fel ca întreaga viață duhovnicească, prezintă o dinamică ce include la rândul ei diferite trepte. Astfel că, pe o treaptă mai joasă a vieții virtuozității se află prima formă a acestei frici mântuitoare, numită *frica de Dumnezeu*, iar pe o treaptă mai înaltă o vom găsi pe cea care este împreunată pururea cu dragostea ⁴⁰⁴ și anume *frica lui Dumnezeu*, teamă a desăvârșirii proprie stării de desăvârșire a dragostei ⁴⁰⁵ (Părintele Cheremon). Astfel că, dacă pe prima treaptă (frica de Dumnezeu) întâlnim o frică de pedeapsa dumnezeiască, de chinuri, pe cealaltă treaptă mai înaltă (frica lui Dumnezeu) întâlnim o frică de a nu fi despărțiți de Dumnezeu, căci omul, cunoscând pe Dumnezeu și iubirea Lui, nu se mai teme de El ca de un inchiștor; dar totodată, această teamă-iubire, „susține pururea în suflet sfiala evlaviei, ca nu cumva, pentru îndrăzneala dragostei să ajungă la nesocotirea lui Dumnezeu” ⁴⁰⁶ (Sfântul Maxim Mărturisitorul).

⁴⁰⁴ *Filocalia*, vol. II, Editura Harisma, București, 1993, p.74.

⁴⁰⁵ Sfântul Ioan Casian, *Convorbiri duhovnicești*, Editura Institutului Biblic și de Misiune al Bisericii Ortodoxe Române, București, 2004, p.283, p.285.

⁴⁰⁶ *Filocalia*, vol. II, *op. cit.*, p.74.

Deși în tradiția patristică această frică de Dumnezeu (ca sintagmă) poate apărea scrisă, fie sub forma celei dintâi, fie sub forma celei de-a doua ⁴⁰⁷, înțelegând prin acestea una și aceeași frică cu cele două forme, plecând de la afirmațiile Părintelui Rafail Noica transpuse în cartea *Cultura Duhului* ⁴⁰⁸, am optat pentru această diferențiere. Astfel că, prima formă, prin păstrarea particulei *de* - frică de Dumnezeu -, își menține sensul de teamă față de Cineva, de judecată, de osândă, păstrându-și un caracter juridic, cel ce o simte neajungând la o cunoaștere dreaptă a Adevărului; iar cea de-a doua formă, prin înlocuirea particulei *de* cu particula *lui* - frica lui Dumnezeu -, capătă un sens nobil, apropiind pe cel ce o trăiește de Dumnezeu, ea fiind „una din trăirile iubirii”. Nu trebuie dedus faptul că Dumnezeu se teme, doar că, prin această sintagmă de frică a lui Dumnezeu, se vrea înțeleasă apropierea fricii de iubirea divină și metamorfozarea ei în comuniune cu aceasta, precum și siguranța în faptul că această teama vine de la Dumnezeu, este un dar al Său, este teama Lui pentru noi ; și cu cât te apropii mai mult de Dumnezeu, mai mult evoluezi în iubire, frica firească apropiindu-se tot mai mult de acel fel de a fi al ei, pe care Dumnezeu l-a avut în vedere atunci când l-a creat pe om după chipul Său.

Aceste trei trepte ale fricii - frica firească ca instinct, frica de chinuri și de judecata divină și frica de a nu fi despărțit de Dumnezeu - constituie atâtea etape prin care Adam trebuia să treacă, să le parcurgă, cu ajutorul harului divin, spre scopul său final, îndumnezeirea lui și prin el înduhovnicirea întregii creații, deși prin voința sa liberă putea să lepede aceasta (ceea ce a și făcut, murind duhovnicește), opunându-se voinței lui Dumnezeu. De aceea, Dumnezeu i-a spus lui Adam: „Iar din pomul cunoștinței binelui și răului să nu mănânci, căci în ziua în care vei mânca din el, vei muri negreșit!” (Facere 2, 17), pentru ca prin ascultare să-și atingă scopul. Așadar, prin frica de a nu muri, prin cea de a nu fi pedepsit și prin cea de a nu fi despărțit de Creatorul său, Adam ar fi trebuit să se ajute în a

⁴⁰⁷ Probabil și datorită traducerilor.

⁴⁰⁸ *Cultura Duhului*, op. cit.

păzi porunca divină, acestea fiind niște elemente de legătură, niște capete de ancoră pe care Dumnezeu i le-a lăsat ca sprijin în ispite.

2.3.1. Frica de Dumnezeu

„Zis-a avva Ilie: eu de trei lucruri mă tem: când va vrea să iasă sufletul meu din trup, când voi vrea să întâmpin pe Dumnezeu, și când va fi să iasă hotărâre asupra mea”⁴⁰⁹, înțelegând prin aceasta punctele culminante ale fricii de Dumnezeu și anume: momentul morții fizice, judecata particulară și cea generală. După cum am arătat, această teamă de Dumnezeu este în legătură cu „amenințarea chinurilor”⁴¹⁰, cu pedepsele ce vor urma neracordării voii omenești la cea divină și prin urmare, pasibilă de păcat. Așadar, frica aceasta este necesară tuturor celor care încă mai sunt robi păcatelor, constituind un mijloc de vindecare a firii noastre vătămate. Astfel că, după cum zice Sfântul Ignatie Briancianinov: pe cel care se lasă în voia izbucnirilor de mânie și ură, Dumnezeu îl amenință cu focul gheenei, pe cel ce calcă conștiința în picioare îl amenință cu temnița, pe cel ce se lasă atras de poftete necurate îl amenință cu muncile cele veșnice (Matei 5, 22, 25, 26, 29), celui ce nu iartă din toată inima pe aproapele său îi vestește că și păcatele lui nu vor fi iertate (Matei 6, 15), iubitorului de argint și de plăceri îi amintește de moartea ce vine pe neștiute⁴¹¹, tuturor celor robiți de patimi găsindu-le vindecare prin înfățișarea răsplăților dureroase, ca urmări ale alegerii patimilor de către ei, și aducându-i prin acest fapt la starea timerică necesară trezirii din beția păcatelor. Iată ce spune Sfântul Isaac Sirul în legătură cu pedepsele, chinurile rânduite pentru cei ce calcă voia divină, alegându-le pe acestea din proprie voință în înstrăinarea lor de Dumnezeu: „Scopul pedepsei din partea lui Dumnezeu nu este o răzbunare asupra celor pe care i-a făcut,

⁴⁰⁹ *Patericul, op. cit.*, p.84.

⁴¹⁰ *Filocalia*, vol. II, *op. cit.*, p.74.

⁴¹¹ Sfântul Ignatie Briancianinov, *Aripi duhovnicești pentru cei osteniți și împovărați. Experiențe ascetice*, vol.III, *op. cit.*, p.72.

ci îndreptarea celor ce greșesc și povățuirea celorlalți. Acolo unde aceștia n-au nevoie de pedepse și osânde, Dumnezeu nu face să sufere pe nimeni doar pentru a preveni, fiindcă nu-i place să mustre, ci numai să facă să crească. Dacă se folosește de pedepse, e pentru că se teme de înclinările spre rău ⁴¹², dar acolo unde nu e motiv de teamă, nu sunt nici pedepse. Dă mărturie de aceasta fericitul Tâlcuitor [Teodor al Mopsuestiei] în cartea sa „Despre preoție” unde scrie: <<Dumnezeu se folosește față de noi de învinuiri pentru că avem nevoie de ele și fac să se nască în toți frica>>. [...] <<Frica e folositoare pentru vigilența noastră; dovadă e faptul că în lumea viitoare frica va fi desființată; acolo va domni doar iubirea. Fiindcă atunci când Dumnezeu va fi desființat păcatul, va fi desființat și pedepsele, iar când va fi desființat pedepsele, va fi desființată și frica>>” ⁴¹³. Prin urmare, această frică începătoare este un toiag părintesc folosit de Dumnezeu, pentru a ne cârmui până când vom ajunge la „raiul cel duhovnicesc al bunătăților”; iar „când vom ajunge acolo, ne va lăsa și se va întoarce” ⁴¹⁴ (Sfântul Isaac Sirul).

Iar treziți de aceste pedepse și de continuitatea lor, în care cei ce nu au ales binele pot dăinui pe vecie, mai precis, prin frica de ele, cei ce n-au trecut de la starea de robi, de slugi la cea de argați, iar apoi la cea de fii, prin această frică sunt ajutați în a se desprinde de păcat, a-l urî și a săvârși voia lui Dumnezeu.

„Dacă tinde așadar cineva către desăvârșire, de la acea *primă treaptă de teamă*, care am spus că în mod propriu este o stare de robie, precum este scris: <<Când veți fi făcut toate, spuneți: suntem niște slugi nevrednice ⁴¹⁵ >>, înaintând de pe o treaptă pe alta, se va urca pe *aceea a nădejdi*, care nu se aseamănă cu a robului, ci cu cea a argatului, care așteaptă simbria. [...]. De aceea trebuie să ne grăbim și

⁴¹² Până acum doar la Sfântul Isaac Sirul am găsit acest simțământ de teamă a lui Dumnezeu propriu Dumnezeirii. Pentru clarificarea acestui lucru e nevoie de mai multe cercetări amănunțite pe care nu le voi întreprinde în lucrarea de față.

⁴¹³ Sfântul Isaac Sirul, *Cuvinte către singuratici. Partea a doua, recent descoperită*, op. cit., pp.198-199. Cf. 1Ioan 4, 18.

⁴¹⁴ Sfântul Ighitarie Briancianinov, *Aripi duhovnicești pentru cei osteniți și împovărați. Experiențe ascetice*, vol. III, op. cit., p.80.

⁴¹⁵ Luca 17,10.

noi către *a treia treaptă, a fiilor*, care cred că toate ale tatălui sunt ale lor” ⁴¹⁶ (Părintele Cheremon).

Prin această frică ne deprindem a ne feri de păcate, și a înainta în viața cea adevărată: „Prin fapte de milostenie și de credință păcatele sunt curățite, prin frica de Domnul toți se feresc de rău.” (Pilde 15, 27_a) (S4/I) sau: „Frica de Domnul îi este omului spre viață, cine nu are frică va sălășlui acolo unde nu se arată cunoașterea” (Pilde 19, 23)(S4/I). Această frică începătoare - teamă nedesăvârșită ⁴¹⁷ - este cea despre care se spune că este „începutul înțelepciunii” (Ps. 110, 10; Pilde 1, 7; 9, 10), fiind proprie *începătorilor* sau *temătorilor* ⁴¹⁸, cei care nu și-au slobozit încă sufletul de frica și de gândul viitoarelor judecăți dumnezeiești.

După Sfântul Maxim Mărturisitorul cei ce au o asemenea frică sunt păcătoși căci: „păcătoșii așteaptă de la El, prin temerea a doua ⁴¹⁹, pedepsele pentru greșeli”, de vreme ce „dreptii ⁴²⁰ păzesc în ei, prin curăția și neprihănirea conștiinței, temerea de Domnul cea dintâi ⁴²¹, cinstindu-L pentru măreția covârșitoare a puterii Lui nesfârșite” ⁴²².

Cu toate acestea, întâlnim la Sfântul Diadoh al Foticeii (sec. al V-lea) o aparentă contradicție, față de deosebirea păcătoși-drepți pe care o face Sfântul Maxim Mărturisitorul, indicând pe cei proprii, atât fricii începătoare, cât și pe cei proprii fricii desăvârșite. Iată ce spune Sfântul Diadoh al Foticeii: „Nimenia nu poate să iubească pe Dumnezeu din toată inima, dacă nu se va teme de El mai întâi întru simțirea inimii. Căci numai curățindu-se și înmuindu-se sufletul prin înrăurirea temerii, vine la dragoste lucrătoare. [...] Astfel, frica este o stare proprie a dreptilor cari încă se curățesc, fiind împreunată pe

⁴¹⁶ Sfântul Ioan Casian, *Convorbiri duhovnicești*, op. cit., p.274.

⁴¹⁷ *Ibidem*, p.284.

⁴¹⁸ *Filocalia*, vol. III, Editura Humanitas, București, 1999, pp.57-58. Cf. Sfântul Ioan Casian, *Convorbiri duhovnicești*, op. cit., p.284, sau Sfântul Maxim Mărturisitorul, *Filocalia*, vol. II, op. cit., pp.74-75.

⁴¹⁹ Temerea de pe prima treaptă a dinamicii duhovnicești - frica de chinuri - în analiza Sfântului Maxim.

⁴²⁰ Cei desăvârșiți în iubire; vezi *Filocalia*, vol. III, op. cit., p.59.

⁴²¹ Adică frica lui Dumnezeu. Sfântul Maxim a analizat mai întâi frica lui Dumnezeu și după aceea cea de pe prima treaptă, de aceea apare această numerotare.

⁴²² *Filocalia*, vol. III, op. cit., p.60;

jumatate cu dragoste ⁴²³. Iar dragostea desăvârșită este proprie dreptilor curățiți deplin, în cari nu mai este frică ⁴²⁴. <<Căci dragostea desăvârșită, zice, scoate afară frica>> ⁴²⁵. Dar de amândouă au parte numai *dreptii*, care lucrează virtuțile cu ajutorul Duhului Sfânt” ⁴²⁶.

Această aparentă contradicție între *păcătoșii și dreptii* Sfântului Maxim și *dreptii curățiți pe jumătate și dreptii curățiți deplin* ai Sfântului Diadoh al Foticeii, este iscată doar de termenii diferiți folosiți de cei doi sfinți, căci deși Sfântul Diadoh al Foticeii îi numește „drepti care încă se curățesc”, pe cei ce trăiesc prima treaptă a fricii de Dumnezeu, ei sunt în realitate păcătoși, de vreme ce dreptii sau desăvârșiții ⁴²⁷, sunt cei care au ajuns prin cunoaștere la vârful însuși al adevărului, care se face întrevăzut prin virtuți, având în ei curăția și neprihănirea conștiinței ⁴²⁸. Prin faptul că îi numește drepti care se curățesc, îi numește de fapt păcătoși, căci ei nu sunt drepti curățiți deplin sau desăvârșiți. Dacă Sfântul Diadoh al Foticeii a ales titulatura de drepti ⁴²⁹ și pentru cei ce se află încă în lupta cu patimile, a spus-o deoarece aceștia fac ceea ce e drept, ancorându-se în voia lui Dumnezeu și luptând cu patimile. Ei sunt drepti căci și-au pus, prin și în Dumnezeu, început mântuirii lor, prin intermediul acestei frici, și-au pus început întoarcerii și curățirii de patimi și păzirii poruncilor. Ei și-au asumat crucea indicată de Hristos Iisus (Matei 16, 24) și încearcă să se învrednicească pe deplin de a fi „vrednici de Hristos” (Matei 10, 38),

⁴²³ Frica de Dumnezeu.

⁴²⁴ Frica lui Dumnezeu, cea care scoate afară frica de chinuri, de judecată.

⁴²⁵ 1Ioan 4, 18.

⁴²⁶ *Filocalia*, vol. I, *op. cit.*, p.340.

⁴²⁷ *Filocalia*, vol. III, *op. cit.*, p.57.

⁴²⁸ *Ibidem*, p.60.

⁴²⁹ Cf. Sfântul Isaac Sirul, *Cuvinte către singuratici. Partea a doua, recent descoperită*, *op. cit.*, p.178: „Dreptatea e făptuirea celor bune față de oameni potrivit legii firii și Scripturii. Virtutea e făptuirea celor bune față de Dumnezeu, săvârșite fără intermediari între noi și El, în sângea unei voințe bune. Cine umblă în cea dintâi e un om *drept*, cine umblă în a doua e un om *virtuos*. Dar nădejdea *singuraticilor înțelepți* în calea cea dreaptă și pe care o așteaptă să o atingă prin viețuirea lor, e mai lăuntrică decât aceste două făptuiri: nu se oprește la dreptate și nu rămâne la virtute. Acestea sunt antecamere pe care nădejdea le străbate în drumul ei, și de unde pleacă îndreptându-și alergarea spre Cel ce este cauza [a toate].” În nota explicativă la acest text, diaconul Ioan I. Ică Jr. afirmă că primele două trepte (cea a dreptilor și cea a virtușilor) reprezintă un ecou al unui creștinism „cu două viteze” propriu Siriei secolului IV, ce îi împărțea pe credincioși în „drepti” și „desăvârșiți”. La acestea două Sfântul Isaac Sirul adaugă o a treia categorie: „singuraticii”.

aflându-se așadar, într-o stare de dereticare lăuntrică, dorind a se curăți deplin, în și prin Iisus Hristos. De aceea, în viziunea Sfântului Diadoh al Foticeii, ei sunt drepti, lucrul acesta neaflându-se în conflict cu spusele Sfântului Maxim, de aceea și zice Sfântul Diadoh că: „frica de Dumnezeu este proprie dreptilor ce se curățesc încă”, adică celor care nu au ajuns la sfințenie, iar „dragostea desăvârșită e proprie dreptilor curățiți (deplin), în cari nu mai este gândul vreunei temeri, ci o ardere neîncetată și o alipire a sufletului de Dumnezeu, prin lucrarea Sfântului Duh” ⁴³⁰, stare proprie prin urmare, sfinților.

După Sfântul Casian Romanul, această frică de Dumnezeu este crucea noastră pe care trebuie să o purtăm pentru a dobândi „omorârea tuturor faptelor și împătimirilor noastre trupesti” ⁴³¹. După Sfântul Ignatie Briancianov această răstignire pe crucea fricii de Dumnezeu fiind ceea ce Sfântul Isaac Sirul numește lucrarea care stă, după cuvântul Sfântului Apostol Pavel, în răstignirea trupului cu patimile și poftele (Galateni 5, 24), alcătuind cea dintâi jumătate a căii duhovnicești care îl duce pe creștin la desăvârșirea menită lui ⁴³². Și fiind „cea dintâi jumătate a căii duhovnicești” înțelegem că este vorba de frica de Dumnezeu, cea începătoare, și nu de frica lui Dumnezeu.

Dar, iată ce spune Sfântul Casian Romanul: „Crucea noastră este frica de Domnul. Precum cel răstignit nu poate să-și întoarcă ori să își miște mădularele după dorința sufletului său, așa și noi suntem datori a ne îndrepta voile și dorințele noastre nu potrivit cu ceea ce ne e plăcut și ne înveselește în vremea de acum, ci potrivit cu Legea Domnului, cu ceea ce poruncește El. Precum cel pironit de lemnul crucii nu se minunează cu încântare de cele de acum, nu cugetă la cele de care e împătimit, nu se împrăstie cu griji pentru ziua de față, în el nu lucrează nici o dorință de a agonisi averi, nu se aprinde cu vreo trufie, cu vreo iuțime, de necinstirile vremii de față nu se necăjește și de cele trecute a uitat deja, și cu toate că încă mai răsuflă în trup fiind, se socotește în toate privințele deja mort, tinzându-și privirile inimii în sus, unde nu se

⁴³⁰ *Filocalia*, vol. I, *op. cit.*, p.341.

⁴³¹ Sfântul Ignatie Briancianinov, *Aripi duhovnicești pentru cei osteniți și împovărați. Experiențe ascetice*, vol. III, *op. cit.*, p.76.

⁴³² *Ibidem*.

îndoiește că se va strămuta: așa și noi trebuie să fim răstigniți cu frica Domnului față de toate acestea, adică trebuie să fim morți nu doar față de patimile trupești, ci și față de înseși temeiurile lor, să avem ochii sufletului ațintiți într-acolo unde trebuie să ne așteptăm în orice clipă a ne muta”⁴³³.

Prin urmare, această frică de Dumnezeu apare ca o frână împotriva atașării omului de ce e rău, împotriva desfrânării și a ulterioarei pactizări cu „orice înfățișare a răului”⁴³⁴; căci, dacă omului îi este greu să săvârșească binele în starea de împătımire în care se află, un început bun este încercarea de a nu săvârși răul, fie din neconstrângere, fie ca urmare a unei provocări⁴³⁵, ori fie din constrângere. În sensul acesta de frică văzută ca o piedică în fața săvârșirii răului, în fața desfrâului în orice chip, Sfântul Grigorie de Nyssa afirmă: „Unii dobândesc mântuirea și prin frică, atunci când, gândindu-se la amenințarea chinurilor din gheenă, se despart de rău”⁴³⁶. Iar Talasie Libanul și Africanul adaugă: „Frica Domnului stăpânește poftete (...)”⁴³⁷, iar „cel ce se teme de Domnul se îngrijește de sufletul său și se izbăvește pe sine de tovărășia cea rea”⁴³⁸.

După Ilie Ecdicul, această temere de Dumnezeu este nu numai o opreliște în calea răului, ci și un povățuitor, un păstor, care călăuzește oile, adică gândurile: „În cei ce nu sunt povățuiți de temere, gândurile sunt în mare împrăștiere, ca oile care n-au păstor; dar când sunt călăuzite sau mânate din urmă de frică, gândurile se află în bună rânduială și înăuntrul ocolului”⁴³⁹. Iar când știm că aplecarea spre patimi pornește din cuget, găsim această frică folositoare foarte, atât începătorilor, cât și celor înaintați duhovnicește, de vreme ce aceștia nu au ajuns a dobândi frica lui Dumnezeu, proprie celor desăvârșiți.

⁴³³ *Ibidem*, pp.75-76.

⁴³⁴ 1Tesalonicieni 5, 22.

⁴³⁵ 1Tesalonicieni 5, 15: „Luați seama să nu răsplătească cineva cuiva răul cu rău (...)”.

⁴³⁶ Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, op. cit., p.547.

⁴³⁷ *Filocalia*, vol. IV, Editura Harisma, București, 1994, p.25.

⁴³⁸ *Ibidem*, p.29.

⁴³⁹ Mitropolit Hierotheos Vlachos, *Psihoterapia ortodoxă*, op. cit., pp.265-266.

„Atunci când Părinții spun că prima formă a fricii este a celor începători, înțelegem prin aceasta pe cei care n-au atins desăvârșirea, pe cei care nu sunt încă sfinți. Deci, această frică o au și se și cuvine să o aibă chiar cei sporiți duhovnicește. Avva Dorotei nu se ferește să spună monahilor: <<Frica începătoare ține de alcătuirea noastră>>”

⁴⁴⁰.

Dar cine sunt acești începători și cine acei sporiți duhovnicește? După învățătura Părintelui Cheremon cei *începători* sunt aceia care sunt încă sub jugul și groaza robiei ⁴⁴¹, despre care se spune: „Robul se va teme de stăpânul său” ⁴⁴², iar *cei care sunt mai avansați duhovnicește* sunt cei care s-au urcat pe treapta nădejzii, care nu se aseamănă cu a robului, ci cu a argatului, care își așteaptă plata, argat ce este conștient de faptele sale bune, argat care nu se teme de pedeapsă gândindu-se că va fi iertat și sperând într-o răsplată ⁴⁴³. Unii ca aceștia, robi sau argați, n-au ajuns încă la *starea de fii*, a celor desăvârșiți, la treapta dragostei. „Este în acele trepte ⁴⁴⁴ o oarecare înaintare, care ne pregătește să putem trece la treapta dragostei. Fie de teama pedepselor, fie în nădejdea răsplății, începem să ne ferim de păcate [...]. De aceea să ne străduim să ne ridicăm cu desăvârșită ardoare a minții de la această teamă la nădejde, iar de la nădejde la dragostea de Dumnezeu și de virtuți, pentru ca, trecând la dragostea de binele însuși fără schimbare, pe cât este cu putință firii omenești să ne însușim ceea ce este bun” ⁴⁴⁵.

⁴⁴⁰ Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, op. cit., p.548.

⁴⁴¹ Robiți de teamă față de stăpân, săvârșind binele de frică, de frica răului, de frica pedepsei și ferindu-se de rău din aceleași cauze și nu din dragoste, nu din măreția iubirii, unii ca aceia neajungând în a avea „puternică și veșnică pacea neprihanei”.

⁴⁴² Maleahi 1, 6: „Fiul își cinstește tatăl, iar sclavul pe stăpânul său. Și dacă eu sunt tată, unde Mi-este cinstirea? Și dacă Eu sunt stăpân, unde este frica de Mine?...” (S5). Unele citate din Osea, Amos, Michea, Ioel, Abdias, Iona, Naum, Avacum, Sophonia, Aggeu, Zaharia, Malachia sunt preluate din *Septuaginta*, vol. 5, Editura Polirom & Colegiul Noua Europă, Iași, București, 2009, și sunt marcate la final prin sigla S5 pusă între paranteze rotunde.

⁴⁴³ Sfântul Ioan Casian, *Convorbiri duhovnicești*, op. cit., p.274, p.284.

⁴⁴⁴ În treapta robiei (1) și în treapta nădejzii, a argatului (2).

⁴⁴⁵ *Ibidem*, p.275. Cf. Sfântul Grigorie de Nyssa, Scrieri, partea I, PSB, vol.29, Editura Institutului Biblic și de Misiune al Bisericii Ortodoxe Române, București, 1982, p.119: „Ce-i drept, unii dobândesc mântuirea și prin frică, atunci când, gândindu-se la *amenințarea chinurilor din gheenă*, se despart de rău. Iar alții, săvârșind virtutea pentru *nădejdea răsplății făgăduite celor ce au viețuit binecredincios*, dobândesc binele nu prin iubire, ci prin așteptarea răsplății. Dar cel ce aleargă din suflet (spre

Tot la Părintele Cheremon (precum și la alți Părinți) găsim și o exemplificare a celor trei motive „care fac pe oameni să se stăpânească de la păcate” și prin urmare să se alipească de Dumnezeu. Acestea sunt: „teama de gheenă și de legile de aici” (frica de pedeapsă), „nădejdea și dorința Împărăției cerurilor” (nădejdea bunătăților viitoare) și „simțul binelui, împreună cu dragostea pentru virtuți” (iubirea lui Dumnezeu). După cum se vede primul motiv este în legătură cu *teama* și *credința* care „face ca, de teama judecății și a pedepselor viitoare, să ne ferim de contactul cu păcatele”, al doilea ține de *nădejde*, care, „îndepărtând mintea noastră de cele prezente, disprețuiește toate plăcerile trupului, prin așteptarea darurilor cerești”, iar al treilea motiv îl constituie *dragostea* care „aprinzându-ne cu ardoarea minții către iubirea de Hristos și către roadele virtuților duhovnicești, face ca să urâm cu tot disprețul tot ce este contrar acestora”.

Primele două pricini, sunt proprii „acelor oameni care, tinzând să înainteze în virtuți, n-au încă un simțământ puternic pentru ele „decă acelora care se despățimesc și tind spre sfințenie, dar care încă sunt copii în ale duhovniciei”⁴⁴⁶ și trăiesc acea teamă de Dumnezeu. Iar *a treia pricină* este proprie celor desăvârșiți, căci: „este a lui Dumnezeu și a acelora care au primit în ei chipul și asemanarea lui Dumnezeu”⁴⁴⁷, a celor care nu mai sunt robi, ci fiu și moștenitori ai lui Dumnezeu, prin Iisus Hristos⁴⁴⁸, unora ca aceștia fiindu-le proprie, frica lui Dumnezeu.

Așadar, vedem că între frica de Dumnezeu și frica lui Dumnezeu apare o altă temere, proprie celor din treapta argaților, din treapta nădejzii, această temere fiind mai evoluată decât frica de chinuri, dar nu atât de rafinată ca și frica desăvârșită. Și această temere - frica din

desăvârșire) alungă frica (căci are o simțire de slugă cel ce nu din iubire rămâne lângă Domnul, ci de frica biciului nu fuge de El). Acela nu se gândește nici la răsplată, ca să nu pară că prețuiește mai mult plata decât pe Cel ce dăruiește câștigul. *El iubește din toată inima, din tot sufletul și din toată puterea*, nu altceva din cele ce se fac de El, ci *pe Însuși Acela care este izvorul bunătăților*. Deci această simțire o legiuiește sufletelor auzitorilor Cel ce ne cheamă spre împărtășirea de El”.

⁴⁴⁶ Galateni 4, 1: „Zic însă: Câtă vreme moștenitorul este copil, nu se deosebește cu nimic de rob, deși este stăpân peste toate”.

⁴⁴⁷ Sfântul Ioan Casian, *Convorbiri duhovnicești*, op. cit., pp.272-273.

⁴⁴⁸ Galateni 4, 7: „Astfel, dar, nu mai ești rob, ci fiu; iar de ești fiu, ești și moștenitor al lui Dumnezeu, prin Iisus Hristos”.

nădejde - va fi numită prin sintagma de *frică de Dumnezeu*, ea nefiind o frică a iubirii. Când cel ce se nevoiește și-a însușit această frică, acest lucru devine evident, acesta (omul) vindecându-se de acea stare bolnăvicioasă de *theophobie* mortifiantă, recăpătându-și forțele pentru o nouă luptă, dar de data aceasta, sub patronajul înveselitor al nădejdi în mântuire.

De reținut că, pe tot parcursul drumului de despățimire, nevoitorul trebuie să fie atent la ceea ce-i dă Domnul, netrebuind să-și impună, de la sine putere, o încredere prea mare în netemerile sale față de orice primejdie, și nici să se bazeze pe docilitatea tâmpă față de orice element timeric „izbăvitor”, căci Duhul Sfânt îi va da răspuns (dacă îl va cere și îl va asculta cu grijă) pentru orice problemă, de vreme ce adesea, nevoitorul, prin gustarea extremelor, se întristează de nereușita acțiunilor sale, iar de aici până la deznădejde nefiind decât un pas.

O împărțire a urcușului duhovnicesc în trei trepte (trepte cu propriile lor frici inerente), exemplificând și reprezentanții fiecărei trepte în parte, găsim și la Sfântul Maxim Mărturisitorul ⁴⁴⁹, acesta identificând pe prima treaptă pe cei *începători*, care, „se află la porțile curții dumnezeiești a virtuților” numiți și *temători*, pe treapta a doua cei *înaintați*, care, „au dobândit o deprindere măsurată a rațiunilor și a chipurilor virtuții”, iar pe ultima treaptă pe cei *desăvârșiți*, care, „au ajuns prin cunoaștere la vârful însuși al adevărului, care se face întrevăzut prin virtuți” ⁴⁵⁰.

Dar, aceste pedepse, chinuri, precum și răsplățile ulterioare, pot fi și în viața aceasta, precum și în cea viitoare, cu cât ele se apropie mai mult de transcendență și veșnicie, cu atât au o influență mai puternică asupra celor ce se tem de chinuri ori doresc bunătățile cuvenite lor, cu toate că, celor care sunt alipiți lumescului li se poate vesti judecata viitoare la fiecare ceas și tot nu vor tresări la auzul acesteia.

⁴⁴⁹ Despre cele trei laturi ale vieții ascetice la Sfântul Maxim Mărturisitorul - filosofia practică, contemplarea naturală și teologia tainică - vezi Prof. S. L. Epifanovici, *Sfântul Maxim Mărturisitorul și teologia bizantină*, Editura Evanghелиsmos, București, 2009.

⁴⁵⁰ *Filocalia*, vol. III, *op. cit.*, p.57. La Sfântul Maxim Mărturisitorul găsim și alte clasificări, vezi *Filocalia*, vol. III, *op. cit.*, pp.57-60.

Cu toate că, această frică este folositoare, căci îi introduce pe cei ce o urmează în începuturile fericirii ⁴⁵¹, ea este până la urmă limitată: „temerea ce se naște din așteptarea pedepsei pentru greșeli având drept pricină a nașterii sale păcatul, întrucat nu e curată, nu va rămânea pentru totdeauna, ci va dispărea împreună cu păcatul, prin pocăință” ⁴⁵². Omul este chemat să transgreseze această frică, ținând către iubirea desăvârșită: „În iubire nu este frică, ci iubirea desăvârșită alungă frica, pentru că frica are cu sine pedeapsa, iar cel ce se teme nu este desăvârșit în iubire” ⁴⁵³. Frica are cu sine pedeapsa tocmai din cauza stării de păcat, deci, de nedesăvârșire, în care se află cei ce o trăiesc, cei ce se luptă încă cu patimile, căci această frică este proprie „dreptilor ce se curătesc încă” ⁴⁵⁴. Înțelegem prin urmare, că frica lui Dumnezeu proprie dreptilor ⁴⁵⁵, o exclude pe prima, cea începătoare, după cuvântul Sfântului Dorotei: „prin această frică desăvârșită, care lucrează pe temeiul dragostei, e izgonită frica începătoare” ⁴⁵⁶. Dar, așa cum frica lumească (nefirească), este izgonită nu de credința omului, ci de ajutorul lui Dumnezeu care-i vine ca răspuns la credința în El ⁴⁵⁷, tot așa, și frica lui Dumnezeu înlătură frica de Dumnezeu - mai precis o desăvârșește aducând-o în sensul, rostul ei firesc - prin iubirea cu care se împletește și în care se manifestă, iubire izvorâtă din Dumnezeu, din Dumnezeul-Iubire. Aceasta este cea care înlătură temerea nedesăvârșită și aceasta o aduce la starea de plinătate, la starea de frică desăvârșită, căci „iubirea desăvârșită alungă frica” ⁴⁵⁸. „Această dragoste ⁴⁵⁹ îl conduce ⁴⁶⁰ la frica cea desăvârșită, fiindcă unul ca acesta se teme și păzește credincioșia față de voia lui Dumnezeu nu din frica

⁴⁵¹ Sfântul Ioan Casian, *Convorbiri duhovnicești*, op. cit., p.282.

⁴⁵² *Filocalia*, vol. III, op. cit., p.59.

⁴⁵³ 1Ioan 4, 18.

⁴⁵⁴ *Filocalia*, vol. I, op. cit., p.341.

⁴⁵⁵ *Filocalia*, vol. III, op. cit., p.60.

⁴⁵⁶ Sfântul Ignatie Briancianinov, *Aripi duhovnicești pentru cei osteniți și împovărați. Experiențe ascetice*, vol.III, op. cit., p.77.

⁴⁵⁷ Jean-Claude Larchet, *Terapeutică bolilor spirituale*, op. cit., p.544.

⁴⁵⁸ 1Ioan 4,18.

⁴⁵⁹ Cea desăvârșită; vezi 1Ioan 4,18.

⁴⁶⁰ Pe om, pe cel aflat în starea de rob sau argat, dar și pe cel ce se află în iubire, căci aceasta având în ea frica lui Dumnezeu, îi imprimă acesteia o dinamică proprie stării veșnicei epectaze, stării veșnicei iubiri, căci atât cât vei iubi, atât îți vei păstra și acea frică curată ce nu va înceta vreodată, după cuvântul: „Frica de Domnul e preacurată, dăinuind în vecii vecilor”. (Ps.18,10)(S4/I)

pedepselor, nu pentru a scăpa de muncile cele veșnice, ci pentru că, precum am spus, gustând din *dulceața petrecerii cu Dumnezeu*, se teme să nu cadă, se teme să nu se lipsească de aceasta” ⁴⁶¹ (Sfântul Dorotei).

Cel ce a dobândit această dragoste nu se mai teme de Dumnezeu ca de un Judecător, nu se mai teme de amenințări. „Zis-a avva Antonie: eu nu mă mai tem de Dumnezeu, ci îl iubesc pe El. Că dragostea scoate afară frica” ⁴⁶². În acest sens afirmă și Sfântul Maxim Mărturisitorul: „Prima temere este scoasă afară de dragostea desăvârșită a sufletului, care a dobândit-o și care nu se mai teme de chinuri. A doua temere este împreunată pururea, cum s-a spus, cu dragostea” ⁴⁶³.

Dar, nu numai frica lumească este înlăturată de și prin ajutorul lui Dumnezeu, și nu numai frica lui Dumnezeu vine din iubirea Lui pentru noi, ci și frica de Dumnezeu, această mijlocitoare a iubirii, vine tot din grija lui Dumnezeu pentru noi: „Frica Gheenei și dragostea Împărăției ⁴⁶⁴ dau puterea de a răbda necazurile. Iar aceasta nu vine de la noi înșine, ci de la Cel ce cunoaște gândurile noastre” ⁴⁶⁵ (Sfântul Marcul Ascetul).

De fapt, întreaga activitate umană este susținută de Dumnezeu, El având puterea de a-l strămuta pe om din această lume în lumea cealaltă - veșnica Împărăție. Și mai cu seamă, fiecare lucru bun pe care dorim să-l săvârșim și pe care îl săvârșim, vine din ajutorul lui Dumnezeu, Care conlucrează cu omul prin harul Său, de vreme ce mai înainte de a ne dori să facem ceea ce e bine, Dumnezeu a dorit acest lucru. „Frica de Dumnezeu ne silește să luptăm cu păcatul. Dar luptând noi, însuși harul lui Dumnezeu îl surpă” ⁴⁶⁶ (Sfântul Marcul Ascetul).

Această frică este însă benefică, ea constituind o premisă a iubirii, fără de ea neputându-se ajunge la iubirea desăvârșită, căci: „Nimenia nu poate să iubească pe Dumnezeu din toată inima, dacă nu se va teme

⁴⁶¹ Sfântul Ignatie Briancianinov, *Aripi duhovnicești pentru cei osteniți și împovărați. Experiențe ascetice*, vol.III, *op. cit.*, p.77.

⁴⁶² *Patericul*, *op. cit.*, p.13.

⁴⁶³ *Filocalia*, vol. II, *op. cit.*, p.74.

⁴⁶⁴ Două stări, proprii celor ce încă se curățesc: robii și argații.

⁴⁶⁵ *Filocalia*, vol. I, *op. cit.*, p.262.

⁴⁶⁶ *Ibidem*, p.270.

de El mai întâi într-o *simțirea inimii*”(Sfântul Diadoh al Foticeii) ⁴⁶⁷. Iar Preacuviosul Avvă Dorotei conchide și el că: „e cu neputință a atinge frica desăvârșită altfel decât prin cea începătoare” ⁴⁶⁸. Tot în această accepție afirmă și Sfântul Simeon Noul Teolog: „Din frică se naște dragostea (...)” ⁴⁶⁹.

Așa se face că această frică este de un real folos nouă tuturor, dacă nu cumva am depășit-o. Dar, dacă nu am depășit-o și ne aflăm încă în lupta cu patimile, această frică are toate motivele să persiste, fiind de mare importanță mântuirii noastre. „Se cuvine ca frica să stăruie în sufletul omului atâta vreme cât iubirea n-a ajuns la desăvârșire pentru că ea contribuie în mare parte la curăția omului de păcate și la atingerea nepătimirii, fără de care nu poate omul atinge deplinătatea iubirii”(Jean-Claude Larchet) ⁴⁷⁰. Iar, dacă ținem cont că nepătimirea este văzută ca o obligativitate sufletească fără de care nu putem aspira conștienți fiind, spre dragostea deplină, și fără de care nu putem atinge și intra în această dragoste, frica de Dumnezeu apare ca o necesitate pe care trebuie să ne-o însușim, să o dorim și să o cerem de la Dumnezeu.

Sfântul Maxim Mărturisitorul spune în acest sens că: „temerea de Dumnezeu... face să se nască în noi pe rând: înfrânarea, răbdarea, nădejdea în Dumnezeu și *nepătimirea*, din care răsare dragostea” ⁴⁷¹, tot el afirmând că: „dragostea este născută de nepătimire” ⁴⁷².

Sfântul Simeon Noul Teolog atrage atenția celor care cred că pot dobândi iubirea fără a trece prin încercările fricii de chinuri, unii ca aceștia trăind în iluzii, de vreme ce această stare este indispensabilă începătorilor în ale nevointelor duhovnicești ⁴⁷³: „Tuturor celor ce încep

⁴⁶⁷ *Ibidem*, p.340.

⁴⁶⁸ Sfântul Ignatie Briancianinov, *Aripi duhovnicești pentru cei osteniți și împovărați. Experiențe ascetice*, vol.III, *op. cit.*, p.77.

⁴⁶⁹ *Ibidem*, p.82.

⁴⁷⁰ Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, *op. cit.*, p.549.

⁴⁷¹ *Filocalia*, vol. II, *op. cit.*, p.74.

⁴⁷² *Ibidem*, p.61.

⁴⁷³ Începători sunt și cei care, scoși din inconștiența în care zăceau, doresc a pune piatră de temelie vieții virtuose, dar și cei care, deși sunt mai avansați, mai sporiți duhovnicește față de cei dintâi, nu au ajuns, însă, la nepătimire. Și primii și cei din urmă se află încă în procesul de despătimire, și ambii au nevoie de această frică, chiar dacă primii se vor teme mai mult de chinurile cele veșnice, iar ceilalți se vor teme de a nu pierde bunătățile pe care, cred ei, că le vor primi ca răsplată a faptelor

să viețuiască după Dumnezeu, le este folositoare frica chinurilor și durerea ce se naște din ea. Iar cel ce-și închipuie că poate pune început fără durere și fără lanțuri și fără călău (frică), nu numai că-și așează temelia faptelor sale pe nisip, ci își închipuie chiar că-și poate face casa în aer, fără temelie, ceea ce este întru totul cu neputință. Căci durerea aceasta naște toată bucuria și lanțul acesta rupe toate lanțurile păcatelor și ale poftelor și călăul acesta nu pricinuieste moarte ⁴⁷⁴, ci viață veșnică” ⁴⁷⁵.

Sfântul Diadoh al Foticeii laudă acest „leac adevărat al vieții” necesar curățirii noastre, indubitabil sprijin pe calea despățimirii înspre nepățimire, văzută ca o „curățire desăvârșită”. „Dar când începe să se curățească cu multă luare aminte ⁴⁷⁶, simte frica lui Dumnezeu ⁴⁷⁷, ca pe un leac adevărat al vieții, care muștrându-l, îl arde ca într-un foc fără durere. Pe urmă, curățindu-se treptat, ajunge la curățirea desăvârșită, sporind în dragoste pe măsură ce se micșorează frica din el. În felul acesta ajunge la dragostea desăvârșită, în care, cum am zis, nu mai este frică, ci nepățimirea deplină, produsă de slava lui

lor. Dar din ascetica Părinților reiese că ambele forme de manifestare ale acestei frici, sunt de multe ori împreunate, de vreme ce, cei din urmă pot privi la bunurile veșnice ca la ceva ce li se cuvine, ei meritând negreșit acestea datorită faptelor lor ascetice sau cum s-ar spune, virtuozitate, nu datorită milostivirii și ajutorului lui Dumnezeu. Tocmai această conștiință - că nu prin sine însuși, ci prin conlucrarea cu Dumnezeu, omul poate dobândi binele (bine dăruit de Dumnezeu) - face ca fapta „bună” să devină virtuoasă. Astfel că, și cei mai înaintați duhovnicești pot apela la forma primă a fricii de Dumnezeu - frica de chinuri. Dar, doar atunci când ei se vor ridica la starea de nădejde, la bucuria nădejzii, ei vor putea lăsa făptuirea fricii și vor putea începe făptuirea iubirii, dezbrăcându-se de frica și de spaima căii, inimile lor începând să fie puse în mișcare neîncetat de o încredere crescândă. Dar aceasta este o stare despre care doar cei ce o trăiesc, pot da mărturie. Cf. Sfântul Isaac Sirul, *Cuvinte către singuratici. Partea a doua recent descoperită, op. cit.*, pp.130-131.

⁴⁷⁴ Părintele Dumitru Stăniloae explică într-o notă la acest pasaj: „Se accentuează aici un mare paradox: durerea naște bucurie; călăul fricii duce la viață. Pentru că acestea sensibilizează și întăresc spiritul, nu-l lasă în somnolență și în lipsa de tărie. În aceasta stă faptul că prin *cruce* se ajunge la *viață*”.

⁴⁷⁵ *Filocalia*, vol. VI, *op. cit.*, pp.65-66.

⁴⁷⁶ Este vorba de curățirea sufletului, curățire începătoare fără de care - după cum spune Sfântul Diadoh al Foticeii - sufletul nu poate simți frica lui Dumnezeu, „chiar dacă i-ar vesti cineva neîncetat Judecata înfricoșată și aspră a lui Dumnezeu”. (*Filocalia*, vol. I, *op. cit.*, p.341) Cu toate că e nevoie de o curățire preliminară simțirii la parametri normali a fricii de Dumnezeu, acest lucru nu exclude ca această frică să fie folosită ca leac în chiar această curățire începătoare, orice leac fiind întrebuințat cu discernământ duhovnicesc și nu după anumite standarde, chiar dacă în Tradiția Bisericii găsim diferite exemple de tratamente și vindecări. Acest fapt este evident, căci toți avem nevoie de binecuvântările fricii (mai mici sau mai mari), în funcție de nevoile personale.

⁴⁷⁷ Frica de Dumnezeu.

Dumnezeu. Să avem deci ca laudă neîncetată, mai presus de toate laudele, întâi frica lui Dumnezeu ⁴⁷⁸, apoi dragostea, care este plinirea legii desăvârșirii în Hristos” ⁴⁷⁹.

Înțelegem că această frică este un bun indispensabil urcării pe calea despățimirii, dar care, la un anumit moment hotărât de Providență, devine dispensabil, acest bun metamorfozându-se, lăsând totodată în urmă modurile de manifestare anterioare. De aici și etichetarea acestei temeri nedesăvârșite (dar necesară urcușului duhovnicesc), ca *necurată* ⁴⁸⁰, deoarece cei ce o trăiesc, sunt și ei la rândul lor necurați, păcătoși, necurățiți deplin, în sensul că, nu au ajuns la nepățimirea deplină, ei nefiind încă desăvârșiți. Iar această frică este o mărturie a faptului că ne aflăm încă în lupta cu patimile, putând oricând să capitulam ori să învingem: „Pentru fiecare patimă care se mișcă în tine și care se luptă cu tine, în războiul cu ea te însoțesc frica și întristarea” ⁴⁸¹; iar Părintele Cheremon adaugă: „Unde există neliniștea războiului nu pot să nu intervină primejdiile rănilor” ⁴⁸².

Iată o evidențiere mai clară a celor două temeri (cea desăvârșită și cea nedesăvârșită) din care reiese caracterul de nedeplinătate a fricii de Dumnezeu și, prin urmare, limitele ei: „În sfârșit, este cu mult mai prețios lucru să nu te desparți de bine pentru binele însuși ⁴⁸³, decât să nu-ți dai consimțământul la acel rău de teama răului ⁴⁸⁴.

În primul caz, binele este primit de bună voie, pe când în al doilea, din constrângere, ca și cum ai vrea să-l faci, dar te ferește de aceasta teama de chinuri, sau dorința de răsplată. Cine se abține de frică de la mângâierile păcatelor, dacă dispare obstacolul fricii se va întoarce iarăși la ceea ce iubește ⁴⁸⁵, și de aceea nu va dobândi statornicia în a

⁴⁷⁸ Frica de Dumnezeu.

⁴⁷⁹ *Filocalia*, vol. I, *op. cit.*, p.341.

⁴⁸⁰ *Filocalia*, vol. III, *op. cit.*, p.59.

⁴⁸¹ Sfântul Isaac Sirul, *Cuvinte către singuratici. Partea a doua recent descoperită, op. cit.*, p.169.

⁴⁸² Sfântul Ioan Casian, *Convorbiri duhovnicești, op. cit.*, p.276.

⁴⁸³ Referire la cei ce au ajuns la desăvârșire și care au în ei „adânc înrădăcinat sentimentul virtuții”.

⁴⁸⁴ De teama chinurilor, a pedepselor.

⁴⁸⁵ Se va întoarce la păcat, la „dezmierdările” lui.

face bine, și nici siguranța că altădată nu va mai fi ispitit, fiindcă nu va avea puternică și veșnică pacea neprihanei” ⁴⁸⁶.

Așadar, înțelegem că această frică de Dumnezeu, începătoare a curățirii sufletului ⁴⁸⁷ (Sfântul Grigorie Palama), are anumite limite, cu alte cuvinte, nu este veșnică cum este temerea curată, frica lui Dumnezeu ⁴⁸⁸, și prin urmare, poate fi depășită în încercarea de depășire treptată a fiecărui nivel din cadrul urcușului duhovnicesc. Iar această încercare de continuă depășire a stării prezente, stare prezentă a omului aflat încă în lupta cu patimile, ⁴⁸⁹ este în strânsă legătură cu pocăința (*metanoia*), prin care și în care, după cuvântul Sfântului Maxim Mărturisitorul, dispare această frică de Dumnezeu ⁴⁹⁰. Dar această metanoia, această schimbare a minții (*meta* = „după”, „mai sus de...”, „dincolo de...”, sugerând o depășire a ceva, a cuiva, iar *nous* = rațiune, inteligență, gândire, suflet, minte, gândire umană - suflet gânditor, energia sufletului în esența sa) ⁴⁹¹, această asceză de a face mintea de nebiruit pentru patimi și de a o apropia de „darul vederii dumnezeiești” ⁴⁹², deci, de a o întoarce de la cele rele către cele bune, de la păcat către Dumnezeu, este o călătorie către veșnicia lui Dumnezeu, către asemănarea cu El ⁴⁹³, și ca termen deținând o bogăție stilistică ce nu poate fi tradus cu adevărat nici prin termenul „căință”, nici prin cel de „pocăință”, *metanoia* (tradus adesea prin pocăință) exprimând întoarcerea totală a făpturii ce revine la Dumnezeu, sintetizând un *ansamblu de atitudini* sau *secvențe succesive* ⁴⁹⁴. Dar, acest mod de viață în pocăință - *mod nou de viață* centrat pe întoarcere și „răsturnarea” conduitei ⁴⁹⁵, în care natura nu este depășită, ci

⁴⁸⁶ Sfântul Ioan Casian, *Convorbiri duhovnicești*, op. cit., p.276.

⁴⁸⁷ Jean-claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, op. cit., p.549.

⁴⁸⁸ *Filocalia*, vol. III, op. cit., p.59, p.60.

⁴⁸⁹ Acest adevărat război nevăzut, a cărui durată este toată viața noastră.

⁴⁹⁰ *Ibidem*.

⁴⁹¹ *Dicționar de filosofie*, op. cit., p.454, p.503. Gheorghe Vlăduțescu, *O enciclopedie a filosofiei grecești*, Editura Paideia, București, 2001, p.370, p.371, p.385, p.391, p.393. Mitropolit Hierotheos Vlachos, *Psihoterapia ortodoxă*, op. cit., p.262.

⁴⁹² Sfântul Isaac Sirul, *Cuvinte către singuratici. Partea a doua recent descoperită*, op. cit., p.130.

⁴⁹³ Ieromonahul Rafail Noica, *Cultura Duhului*, op. cit., p.64, p.65.

⁴⁹⁴ Makarios Simonopetrul, *Triodul explicat. Mistagogia timpului liturgic*, op. cit., p.63.

⁴⁹⁵ *Ibidem*, p.80.

restaurată în dinamismul ei original, în care omul se conformează conduitei divino-umane a lui Hristos, întru care natura divină și natura umană se întrepătrund desăvârșit ⁴⁹⁶ - apare în strânsă legătură cu frica. După Sfântul Isaac Sirul, pocăința este al doilea har ce se naște în inimă din credință și frică ⁴⁹⁷. Dar dacă pocăința apare prin mijlocirea fricii, cum este posibil ca această frică ⁴⁹⁸ să dispară - după cuvântul Sfântului Maxim Mărturisitorul - prin pocăință? Avem aici o altă aparentă contradicție. Ca și în cazul precedent al curățirii preliminare a sufletului pentru putința de a simți roadele fricii de Dumnezeu, fapt relatat de Sfântul Diadoh al Foticeii, în care am arătat că nu este exclus ca însăși frica de Dumnezeu să fie folosită ca medicament în tratamentul acelei curățiri începătoare, tot așa, și aici, nu excludem legătura strânsă între această frică și pocăință - legătură necesară apropierei de către om a modului metanoic de viață. Faptul că frica de Dumnezeu este intermediarul omului pentru pocăință, nu elimină viețuirea celei dintâi în cadrul celei de-a doua. Din contră: „Frica de Dumnezeu, susținută de conștiința unei vieți păcătoase duce pe de o parte la pocăință pentru păcatele trecute, pe de alta, la evitarea, prin înfrânare, a păcatelor viitoare” ⁴⁹⁹, acest lucru constituind esența mecanismului pocăinței, și chiar dacă uneori această pocăință poate apărea sub forma unor „elanuri ale căinței” izvorâte numai din voința liberă a omului ⁵⁰⁰, noi știm că până și această voință nu ar fi fost posibilă dacă harul lui Dumnezeu nu ar însufleți-o, și dacă Economia mântuirii noastre nu ar fi fost deja săvârșită prin și în

⁴⁹⁶ *Ibidem*, p.69.

⁴⁹⁷ Sfântul Ignatie Briancianinov, *Aripi duhovnicești pentru cei osteniți și împovărați. Experiențe ascetice*, vol.III, *op. cit.*, p.80.

⁴⁹⁸ Frica de Dumnezeu.

⁴⁹⁹ Preot Profesor Dr. Acad. Dumitru Stăniloae, *Ascetica și mistica ortodoxă*, vol. I, *op. cit.*, p.129.

⁵⁰⁰ Pocăința nu constă doar din abținerea de la anumite lucruri și săvârșirea altora, ca într-o simplă viețuire etică, ci o continuă conlucrare a omului cu Dumnezeu, o continuă schimbare a conduitei sale (de către om prin și în Hristos), a conștiinței sale, a sensului și a faptelor sale spre lucrurile bune mai înalte, nevoință văzută ca o conevointă, în care omul trebuie să țină seama în primul rând de ajutorul lui Dumnezeu și de iertarea Lui, iertare ce este în fond rod al milostivirii divine, iar nu al căinței, căință ce rămâne întotdeauna insuficientă. Pentru mai multe detalii, vezi Makarios Simonopetrul, *Triodul explicat. Mistagogia timpului liturgic*, *op. cit.*

Hristos, El fiind Cel ce a deschis și ține deschise porțile pocăinței ⁵⁰¹. Iată cum explică Sfântul Isaac Sirul, acest raport dintre frică și pocăință: „Precum este cu neputință a trece marea largă fără corabie, așa este cu neputință să ajungă cineva la dragoste fără frică. Marea cea puturoasă care se află între noi și raiul cel gândit putem să o trecem în corabia pocăinței, ce are ca vâslași frica. Dacă nu îndreaptă (vâslașii - frica) corabia pocăinței, în care trecem marea lumii către Dumnezeu, atunci ne înecăm în marea puturoasă. *Pocăința* este corabia; *frica* este cârmaciul ei; *dragostea* e limanul dumnezeiesc. Frica ne bagă în corabia pocăinței și ne trece marea cea puturoasă a acestei lumi, îndreptându-ne la limanul cel dumnezeiesc - la dragoste, spre care năzuiesc toți cei osteniți și împovărați (Matei 11, 28) de pocăință” ⁵⁰². Identificăm aici rolul benefic al fricii, acela de a zgudui, de a trezi conștiința și de a o pune în slujba binelui, de a-l face pe om să-și conștientizeze starea sa de păcătoșenie, prin întoarcere la sine, venire în fire (Luca 15, 17) urmată de o întoarcere la Dumnezeu cu elementele ei intrinseci, cu alte cuvinte, rolul de a ne integra în starea metanoică, de vreme ce zice că, *frica ne bagă în corabia pocăinței*; și pe de altă parte rolul de a întreține duhul metanoic, de a fi un combustibil, un izvor de energie necesară menținerii omului pe traiectul firesc, înspre limanul dumnezeiesc - dragostea, și de a cârmui starea omului, de a indica și a menține direcția precisă, - înspre Dumnezeu, fiind un fel de busolă duhovnicească ⁵⁰³, căci spune: „*frica (...) ne trece marea cea puturoasă a acestei lumi, îndreptându-ne la limanul cel dumnezeiesc - la dragoste*” ⁵⁰⁴.

Cu toate acestea, faptul că în pocăință un rol hotărâtor îl are frica de Dumnezeu, lucrul acesta nu imprimă fricii un caracter constant, ca

⁵⁰¹ Makarios Simonopetritul, *Triodul explicat. Mistagogia timpului liturgic, op. cit.*, p.69.

⁵⁰² Sfântul Ignatie Briancianinov, *Aripi duhovnicești pentru cei osteniți și împovărați. Experiențe ascetice*, vol.III, *op. cit.*, p.81.

⁵⁰³ De aceea spune prorocul David în psalmul 118, 120: „Străpunge cu frica Ta trupul meu, căci de hotărârile Tale m-am temut”.(S4/I)

⁵⁰⁴ De aceea, de multe ori în viață, trebuie să ne încredem în frică mai mult decât în alte afecte pe care le nutrim, atâta timp cât suntem integrați într-o viață mântuitoare, o viață în Biserică, în modul ei divino-uman de a fi. Ațintind privirea asupra fricii putem vedea astfel în ce direcție ne îndreptăm, cât și cum ne temem, și de cine anume, de ce?

și cum ea ar rămâne în aceeași intensitate, de vreme ce, prin cele spuse anterior, am evidențiat metamorfozarea acestei frici într-o formă mai nobilă, datorită dragostei divine: „sporind în dragoste pe măsură ce se micșorează frica din el”⁵⁰⁵, ajungând la „dragostea desăvârșită, în care nu mai este frică”⁵⁰⁶; iar a doua temere, frica curată este împreunată pururea cu dragostea⁵⁰⁷, temere ce rămâne, datorită caracterului ei ființial, în veacul veacului⁵⁰⁸.

Este firesc ca datorită caracterului dinamic al pocăinței să i se imprime și fricii de Dumnezeu acest dinamism, acest mod de a fi, de a se mișca „din începuturi în începuturi”⁵⁰⁹, și de a căpăta treptat o altă intensitate, un alt sens, devenind, într-un stadiu mai avansat al pocăinței, ceea ce am numit ca fiind frica lui Dumnezeu. De aceea, Sfântul Maxim Mărturisitorul spune că această frică de Dumnezeu „se stinge și trece, dispărând prin pocăință”⁵¹⁰, căci înseși elanurile căinței de la începutul urcușului duhovnicesc se schimbă și trec, fiind depășite, dispărând treptat cu cât omul se apropie de starea nepătimirii și a vederii lui Dumnezeu, primind mereu un nou sens.

Iar, frica de Dumnezeu care la început a avut funcția ei pedagogică „bună pentru slugi”⁵¹¹, pe parcurs va părăsi pe cel ce se nevoiește⁵¹², ajungând la o nouă stare duhovnicească întru care i se revelează noi înțelesuri și semnificații, lăsându-l în grija altei temeri, acea „îndrăznire din iubire, împreunată în același timp cu sfiala” (Părintele Dumitru Stăniloae)⁵¹³, căci deși aspectul ei juridic necesar primei trepte a nevoinței a trecut, funcția ei pedagogică, în noua formă de frică a lui Dumnezeu, nu și-a pierdut decât aspectul ei prim, acum înfățișându-se ca o sfială de a nu-L supăra pe Dumnezeu, căci după

⁵⁰⁵ *Filocalia*, vol. I, *op. cit.*, p.341.

⁵⁰⁶ *Ibidem*.

⁵⁰⁷ *Filocalia*, vol. II, *op. cit.*, p.74.

⁵⁰⁸ *Filocalia*, vol. III, *op. cit.*, p.59.

⁵⁰⁹ Makarios Simonopetritul, *Triodul explicat. Mistagogia timpului liturgic*, *op. cit.*, p.71.

⁵¹⁰ *Filocalia*, vol. III, *op. cit.*, p.60.

⁵¹¹ *Filocalia*, vol. II, *op. cit.*, p.243.

⁵¹² „Frica este toiagul părintesc care ne cârmuiește până când vom ajunge la raiul cel duhovnicesc al bunătăților; când vom ajunge acolo, ne va lăsa și se va întoarce”. (Sfântul Isaac Sirul, apud Sfântul Ignatie Briancianinov, *Aripi duhovnicești pentru cei osteniți și împovărați. Experiențe ascetice*, vol.III, *op. cit.*, p.80)

⁵¹³ *Filocalia*, vol. VI, *op. cit.*, p.37.

Sfântul Maxim Mărturisitorul: „iubirea care e despărțită de temere se schimbă de cele mai multe ori în dispreț, nefiind înfrânată de temere îndrăzneala care se naște în chip firesc din ea” ⁵¹⁴, iar frica lui Dumnezeu, care e împreună cu dragostea „susține pururea în suflet sfiala evlaviei, ca nu cumva pentru îndrăzneala dragostei, să ajungă la nesocotirea lui Dumnezeu” ⁵¹⁵.

Dar, și Sfântul Grigorie Palama arată rolul pedagogic și curățitor al fricii de Dumnezeu, considerând-o cauzatoare și mijlocitoare a iubirii, și prin urmare, a însăși vederii lui Dumnezeu: „Curățirea sufletului are ca începătoare frica de Dumnezeu (Pilde 1, 7), din care se naște rugăciunea neîncetată către Dumnezeu întru durerea inimii și lucrarea poruncilor evanghelice. Și reîmpăcându-se omul cu Dumnezeu prin rugăciune și împlinirea poruncilor, frica se preschimbă în iubire, iar îndurerearea din vremea rugăciunii se preface în bucurie de nespus, care face să răsară floarea cunoștinței celei sfinte” ⁵¹⁶.

Cu toate că această frică de Dumnezeu este folositoare, ea indicând - dacă este înțeleasă în adevăr - drumul firesc spre unirea cât mai deplină a omului cu Dumnezeu, totuși, prin ignorarea ei - precum și a altor indicii și daruri duhovnicești - omul poate să decadă, despre acest fapt urmând să relatăm în cele ce urmează.

2.3.2. Despre posibilele căderi din frica de Dumnezeu și din frica lui Dumnezeu.

Când vorbim despre căderile din frica de Dumnezeu și din frica lui Dumnezeu, vorbim implicit și de stările duhovnicești întru care se află cei ce nutresc asemenea frici, iar căderile vor viza cele două trepte ale urcușului duhovnicesc, treapta începătorilor, împreună pentru frica de Dumnezeu în anumite cazuri cu cea a celor de mijloc, și treapta desăvârșiților.

Pentru prima treaptă a celor ce săvârșesc toate ale nevoinței cu gândul la un Dumnezeu legiutor, judecător, Care plătește fiecăruia la

⁵¹⁴ *Filocalia*, vol. III, *op. cit.*, p.59.

⁵¹⁵ *Filocalia*, vol. II, *op. cit.*, p.74.

⁵¹⁶ Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, *op. cit.*, p.549.

timp și fără greș, ei nedepășind dreptatea prin iubire, le corespunde frica de Dumnezeu, iar aceștia căzând din această stare revin la frica de lume, corespunzătoare stării păcătoase a celor ce s-au autonomizat de Dumnezeu, prin gândurile și faptele lor, pornite din sinea lor, fără o conlucrare cu Divinul Personal.

Despre o asemenea *frică juridică* și despre pierderea ei, relatează Sfântul Nicolae Velimirovici († 1956), și chiar dacă în text ea apare scrisă în forma „frica lui Dumnezeu”, este ușor de sesizat aspectul ei de frică nedesăvârșită, de frică de Dumnezeu.

„Ce înseamnă frica lui Dumnezeu? Înseamnă frica de a nu încălca legea lui Dumnezeu. Înseamnă ca în fiecare zi și în fiecare ceas să cugetăm la poruncile Sale și să ne străduim a le împlini.

Cine pierde frica lui Dumnezeu și calcă poruncile lui Dumnezeu, prin hulirea sfânt numelui Său, [...], prin disprețuirea părinților săi [...], prin nepăzirea Duminicii ca zi de prăznuire a Învierii lui Hristos [...] - așadar, cine calcă în acest chip poruncile lui Dumnezeu, toate sau numai una din ele, pierde frica lui Dumnezeu. Pentru aceasta, în el se sălășluiește frica de orice umbră, de țipătul vulpii, de glasul cucuvelei, până și de foșnetul frunzelor” ⁵¹⁷.

Întelegem în ce stare de anxietate se află o asemenea persoană. „Nimic nu-i mai cumplit pe lume decât omul care a pierdut frica lui Dumnezeu. Cel ce încalcă poruncile lui Dumnezeu și viețuiește nu după poruncile lui Dumnezeu, ci după poruncile sale, pierde frica lui Dumnezeu; cu alte cuvinte, se face pe sine Dumnezeu” ⁵¹⁸. Iar rezultatul individualizării, ca devenire din sine întru sine, și implicit a refuzării devenirii personale, din și în Dumnezeu, este cel firesc: o trăire a singurătății existențiale, manifestată și simțită în diverse forme. „Rodul pierderii fricii lui Dumnezeu este primirea a mii de frici, frica de mii de umbre, de glasuri și de murmure din jur” ⁵¹⁹. Astfel că, fiecare obiect ori fenomen integrat în multiplul existențial, este unul timeric, dezvăluind și accentuând singurătatea existențială, făcând-o pe

⁵¹⁷ Sfântul Nicolae Velimirovici, Episcopul Ohridei și Jicei, *Prin fereastra temniței*, Editura Predania, București, 2007, p.108.

⁵¹⁸ *Ibidem*.

⁵¹⁹ *Ibidem*.

cât de generală și normală, pe atât de îngrozitoare și greu de suportat, căci necunoscându-le prin și în „gândul lui Dumnezeu” ⁵²⁰, de fapt nu le cunoaștem, obiectele, fenomenele, persoanele fiind străine pentru noi ⁵²¹, niște necunoscute cu care, constatăm cu stupeoare, că ne înrudit.

Sfântul Ioan Scărarul († 600-630?) vorbește și despre „părăsirea lui Dumnezeu” - ca determinant al căderii din frica de Dumnezeu - față de cei ce se nevoiesc și plâng, dar care din mândrie derapează din voia lui Dumnezeu și care, deși au transgresat frica de lume, prin păcat ajung să o aibă din nou, chiar într-o formă mai accentuată. „Cei care plâng ⁵²² și nu se sperie de dureri, nu se mai tem de nimic; deseori însă sunt înspăimântați de vreun lucru oarecare și atunci se prăbușesc într-o adevărată pierdere a minții. Și pe bună dreptate aceasta; căci nu fără pricină părăsește Domnul pe cei mândri, dorind ca prin aceasta să dea învățătură și celorlalți, spre a nu se înălța” ⁵²³.

Vedem în această părăsire a lui Dumnezeu, un alt element al pedagogiei Lui, atât față de cei care au căzut de la frica de Dumnezeu, cât și față de ceilalți candidați la ea ori la cealaltă temere.

Un semn bun de întrebare apare însă citind un fragment din scrierile Sfântului Nichita Stithatul (sec. XI) care, aduce în atenția noastră pe lângă cazurile „tipice” de cădere din starea duhovnicească proprie fricii de Dumnezeu, și exemple ale celor ce cad din starea proprie fricii lui Dumnezeu, a fricii curate. Din analiza anterioară am

⁵²⁰ 1Corinteni 2, 16: „Căci <<Cine a cunoscut gândul Domnului, ca să-L învețe pe El? >> Noi însă avem *gândul lui Hristos*”. Cf. *Noul Testament*, București, 1857, reeditat cu binecuvântarea Prea Sfințitului Galaction Episcop de Alexandria, Editura Biserica Ortodoxă Alexandria, 2003: „Că cine a cunoscut Gândul (Mintea) Domnului, carele să-l învețe (îndrepteze) pre el? Iar noi avem Mintea lui Hristos”.

⁵²¹ Înțelepciunea lui Solomon 9, 14, 16-17: „Gândurile muritorilor sunt șovăielnice și cugetările noastre sunt cu greșală. Cu greu ne dăm seama despre cele ce sunt pe pământ și cu osteneală găsim cele ce sunt chiar în mâna noastră (...) Cine a cunoscut voința Ta, dacă Tu nu i-ai dat înțelepciune și dacă nu i-ai trimis de sus Duhul Tău cel Sfânt?”

⁵²² Prin „cei care plâng”, dar se mândresc, putem înțelege pe cei care au ajuns la treapta „lacrimilor ascetice”, ce țin de frica de Dumnezeu și starea duhovnicească proprie acesteia și nu pe cei ce au primit darul „lacrimilor iubirii și bucuriei”, ce însoțesc treapta superioară a smereniei, „smereniei dumnezeiești”, încununând viața duhovnicească. Pentru mai multe detalii despre cele două feluri de lacrimi, vezi Makarios Simonopetritul, *Triodul explicat. Mistagogia timpului liturgic*, op. cit. De asemenea se pot consulta: Sfântul Ioan Scărarul, *Scara Raiului*, op. cit. și Irénée Hausherr, *Teologia lacrimilor. Plânsul și străpungerea inimii la Părinții răsăriteni*, Editura Deisis, Sibiu, 2000.

⁵²³ Sfântul Ioan Scărarul, *Scara Raiului*, op. cit., p.200.

evidențiat faptul că starea duhovnicească proprie fricii lui Dumnezeu, a fricii împreunate pururea cu dragostea este nepătimirea, iar faptul că unii care au ajuns la o asemenea stare pot eșua în continuarea aspirației spre absolut, pune în gardă (sau ar trebui să o facă) pe orice nevoitor mai mult ori mai puțin experimentat. Dar această cădere, după cum vom vedea, vine dintr-o îngăduință dumnezeiască. „Începătorilor în viața virtuoasă le ajută în lucrarea poruncilor și în fuga de rele, frica de chinuri. Dar celor ce au înaintat prin virtute, *ajungând la vederea slavei lui Dumnezeu*, li se naște o altă frică, potrivită cu starea lor. E temerea curată care îi înfricoșează foarte mult, din dragoste (Ps.18, 10). Aceasta îi *ajută să stăruiască neclătinați în dragostea lui Dumnezeu*, temându-se de înfricoșătoarea alunecare din ea. Celor dintâi, de li se întâmplă să cadă din starea lor, dar se căiesc și iarăși se ridică, le vine din nou frica cea dintâi, cu bune nădejdi. Celor de al doilea însă, de au căzut de la înălțimea vederii lui Dumnezeu, *prin pizma vrăjmașului*, nu le vine îndată frica a doua, ci îi ia în primire o negură și un întuneric gros de să-l prinzi cu mâna, fiind plini de mahnire, de dureri, de amărăciune și de frica cea dintâi a muncilor veșnice. Și dacă Domnul Savaot n-ar scurta zilele acestei dureri cu neputință de purtat, nu s-ar mântui nici unul dintre cei ce cad de acolo”⁵²⁴. Ceea ce frapează la această expunere a posibilei căderi din cele două stări duhovnicești este legat de eventualul eșec al celor din tagma desăvârșiților, a dreptilor, care, prin frica lui Dumnezeu, sunt ajutați „să stăruiască *neclătinați în dragostea lui Dumnezeu*”, și cum această neclătinare poate fi motiv de clătinare, cum un element al căderii, al neizbânzii se poate insera în sfera izbânzii, a neclătinării. Căci aici, după cum vom vedea, nu mai e vorba de starea perfectibilă pe care a avut-o Adam, ci de o stare perfectibilă - acea devenire într-o ființă - pe care au dobândit-o cei care au ajuns la o cunoaștere mai profundă a

⁵²⁴ *Filocalia*, vol. VI, *op. cit.*, p.235. Cf. *Ibidem*, pp.295-296: „Această temere fiind foarte mântuitoare, face pe cel ce s-a înălțat la locul dragostei, să fie plin de cutremur și să susțină lupta, de teamă să nu cadă de la o asemenea înălțime a dragostei lui Dumnezeu și să fie aruncat iarăși în temerea înfricoșătoare de chinuri”.

Adevărului, la „cunoștința lucrurilor dumnezeiești”⁵²⁵, prin și în Hristos Iisus.

Am precizat la începutul fragmentului că această cădere vine din îngăduință dumnezeiască, tocmai plecând de la afirmația Sfântului Nichita, cum că acești văzători de Dumnezeu „au căzut prin pizma vrăjmașului”, adică a diavolului. Iar faptul că acest lucru a fost posibil reclamă în fond o greșeală săvârșită de cel desăvârșit căruia Dumnezeu îi îngăduie să simtă și să trăiască alături de propria creație (păcatul său), acest lucru evidențiind caracterul de *nedesăvârșit* al nevoitorului - stare proprie treptei de mijloc ori a celei începătoare. Faptul că Dumnezeu îngăduie vrăjmașului să îl încerce pe nevoitor, iar acesta să cadă, certifică faptul că unul ca acesta putea fi ispitit, și nu numai atât, ci și putea să cadă, lucru impropriu celor desăvârșiți⁵²⁶. Probabil că pe undeva (nu știu unde), este o greșită ori diferită înțelegere a stării de desăvârșire și a atributelor ei⁵²⁷, dar nu vom încerca o aprofundare a acestei probleme și a rezolvării adiacente, acum și aici, ci vom continua cu o serie de descrieri ale momentelor de trecere de la prima stare a fricii de Dumnezeu la starea fricii lui Dumnezeu.

2.3.3. Particularități ale trecerii de la frica de Dumnezeu la frica lui Dumnezeu.

În această încercare de a tâlcul momentul ori momentele tranzitorii între temerea necurată și cea curată, vom porni de la explicația Sfântului Simeon Noul Teolog cu privire la acest lucru intermediar, ce necesită așa-numita cunoștință duhovnicească a

⁵²⁵ *Filocalia*, vol. III, *op. cit.*, p.58.

⁵²⁶ Se poate încerca o clarificare a lucrurilor prin presupunerea că, acea stare de nepătimire a celor uniți cu dragostea divină, stare proprie celor desăvârșiți, nu este o stare permanentă, ci ea se dă în dar - celor ce au ajuns la un nivel mai înalt al vederii și al cunoașterii lui Dumnezeu, însă pentru o anumită perioadă rânduită de Dumnezeu - ca o lămurire (ce se vrea a fi permanent conștientizată) a faptului că omul, oricât ar încerca să fie de bun, de înțelept, de iubitor, nu va putea să-și îndeplinească idealul, decât numai prin și în dragostea divină, deci, cu sprijinul lui Dumnezeu. De aceea Dumnezeu îi și întrerupe această desfătare întru cele înalte și îl readuce cu mintea și cu sufletul în propria-i piele, tocmai pentru a înțelege acest lucru: că fără de El nu poate întreprinde ceva mântuitor, nu poate fi mântuit, îndumnezeit.

⁵²⁷ „Și nu e hotar al desăvârșirii, pentru că chiar și desăvârșirea celor desăvârșiți este nedesăvârșită. De aceea, pocăinței nu-i pun hotar nici timpurile, nici faptele înainte de moarte”. (Sfântul Isaac Sirul, *Filocalia*, vol.X, *op. cit.*, p.248.)

realităților duhovnicești, văzută nu doar ca o cunoștință teoretică, rece, ci ca o cunoștință palpitantă, ce se mișcă între frică și iubire (Părintele Dumitru Stăniloae) ⁵²⁸.

„Când șezi la masă cu toată obștea și toate ți se înfățișează ochilor minții ca o umbră și nu mai simți dulceața mâncărilor ⁵²⁹, ci sufletul întreg îți este uimit și plin de lacrimi, cunoaște că harul lui Dumnezeu ți le arată acestea astfel, pentru multa ta smerenie din frică, ca văzând fapăturile lui Dumnezeu și cunoscând slăbiciunea celor supuse simțurilor, să-ți aduni frica ta spre iubirea celor cunoscute cu mintea. Aceasta este *cunoștința duhovnicească*, de care auzi vorbindu-se, care se află la mijloc între frică și iubire și trage pe om pe nesimțite și fără primejdie de la cea dintâi la cea de a doua. Nu poate dobândi cineva altfel iubirea desăvârșită și neclintită de Dumnezeu decât pe măsura cunoștinței duhovnicești ⁵³⁰. Iar aceasta crește câte puțin prin nevoința de fiecare zi cu fapta sufletului” ⁵³¹. Putem înțelege de aici că această stare este doar o pregustare a bunătăților veșnice pe care, cei desăvârșiți le gustă mai des, atâta timp cât ei mai sunt în această viață. Această stare se înfățișează ca o primă treaptă a trecerii de la frică spre iubire, căci oferă doar o înțelegere dreaptă a celor trecătoare și limitate: „toate ți se înfățișează ochilor minții ca o umbră și nu mai simți dulceața mâncărilor”, înțelegere izvorâtă dintr-o „smerenie din frică” nu dintr-o smerenie a iubirii; iar prin cunoașterea aceasta, nedeplină încă, dar folositoare - căci cutremură sufletele, de vreme ce ele își cunosc nimicnicia lor -, dar și a celorlalte lucruri, și imposibilitatea existenței lor fără Dumnezeu - lucruri revelate în „vederea fapturilor lui Dumnezeu și cunoașterea slăbiciunii celor supuse simțurilor” -, omul ajunge la o primă treaptă majoră pe calea despătimirii, căci înțelegând deșertăciunea și lovit fiind de frică,

⁵²⁸ *Filocalia*, vol. VI, *op. cit.*, p.26.

⁵²⁹ Este vorba despre cel care-și „urcă mintea în cerul nepătimirii și o face văzătoare și, prin gustarea bunătăților de acolo, ajunge de socotește toate ale vieții de aici gunoaie; și însăși mâncarea și hrana n-o mai primește cu plăcere și des”. (Sfântul Simeon Noul Teolog, *Filocalia*, vol. VI, *op. cit.*, p.25)

⁵³⁰ Iată ce zice Părintele Stăniloae în legătură cu această cunoștință duhovnicească: „Există o proporție directă între iubire și cunoștința duhovnicească, întrucât în însăși cunoștința aceasta este iubire și în iubire cunoștință”. (*Ibidem*, p.26)

⁵³¹ *Ibidem*.

smerindu-se, caută ajutor, iar acesta nu întârzie să apară, Dumnezeu așteptând doar înclinarea omului spre El, pentru a-i putea da ceea ce acesta conștient fiind, nu va ignora și nu va refuza.

Întelegem că această cunoștință duhovnicească nu este una deplină prin faptul că ea se află în creștere, hrănită fiind din „nevoia de fiecare zi cu fapta sufletului”, adică din lupta cu gândurile, iar cel ce se află încă în luptă cu ele, nu se află prin urmare în veșnica pace a neprihanei.

Legat de această „smerenie din frică” și de „adunarea acestei frici spre iubirea celor cunoscute cu mintea”, adică de convertire a posibilului dispreț față de lume într-o înțelegere dreaptă a ei și implicit într-o iubire față de ea, găsim și la Sfântul Maxim Mărturisitorul o exemplificare ce accentuează conștientizarea stării păcătoase anterioare treptei duhovnicești în care se află cel ce trăiește aceste senzații, conștientizare izvorâtă dintr-o smerenie a fricii, a fricii de Dumnezeu. „Cel ce se teme de Domnul are pururea ca tovarășă smerenia, și prin gândurile acesteia vine la dragostea și la mulțumirea către Dumnezeu. Căci își amintește de purtarea lumească de mai-nainte și de feluritele greșeli, ca și de ispitele ce i s-au întâmplat din tinerețe, și cum din toate acestea l-a izbăvit pe el Domnul și l-a strămutat de la viața pătimasă la viața după Dumnezeu. În felul acesta dobândește pe lângă temere și dragostea, mulțumind pururea cu smerenie multă Făcătorului de bine și Cărmuitorului vieții noastre”⁵³².

În această stare, nimicniciei lucrurilor înconjurătoare i se adaugă vederea propriei nimicnicii, mai ales în starea îndepărtării anterioare, în marea păcatelor, față de Dumnezeu, urmată de mulțumirea față de El pentru faptul că l-a scos la limanul luminos și nepătimitor, pe cel ce s-a nevoit, accentuând mai mult înțelegerea nevoii omului de un sprijin al existenței sale, sprijin fără de care nu ar fi fost posibilă, atât prima înțelegere, cât și celelalte, precum nu ar fi fost posibilă și biruința omului asupra păcatelor până în momentul de față. Iată o altă mărturie a apropierei smereniei din frică, de smerenia din iubire, sau mai bine

⁵³² *Filocalia*, vol. II, *op. cit.*, p.68.

zis de îndulcirea smereniei din frică de către Dumnezeu și intrarea începătoare în camera bunătăților cerești, căci Dumnezeu văzând căința omului și mulțumirea ce I-o înalță pentru binefacerile Lui, îl trage pe acesta spre iubirea Lui prin iubirea ce i-o insuflă. Iar iubirea pe care o insuflă Dumnezeu nevoitorului, îl trage pe acesta spre mai multă iubire, și astfel, treapta fricii de Dumnezeu este depășită și înlăturată prin cea a fricii lui Dumnezeu, a temerii curate, împreună pururea cu dragostea divină: „Prima temere este scoasă afară de dragostea desăvârșită a sufletului (...) a doua temere este împreună pururea cu dragostea” ⁵³³. Dar pentru a dobândi dragostea desăvârșită, omul trebuie să ajungă mai întâi la nepătimire, căci din nepătimire răsare dragostea ⁵³⁴, nepătimire căreia îi sunt anterioare nădejdea, răbdarea, înfrânarea, temerea de chinuri și credința în Dumnezeu: „Cel ce crede în Domnul se teme de chinuri; cel ce se teme de chinuri se înfrânează de la patimi; cel ce se înfrânează de la patimi rabdă necazurile; cel ce rabdă necazurile va avea nădejde în Dumnezeu; iar nădejdea în Dumnezeu desface mintea de toată împătimirea după cele pământești; în sfârșit mintea desfăcută de acestea va avea iubirea către Dumnezeu” ⁵³⁵. Înțelegem că prin această dinamică a nevoințelor realizate cu ajutorul lui Dumnezeu, omul se ridică tot mai mult în cadrul urcușului duhovnicesc, până când Dumnezeu îi întărește nădejdea în El, și acesta - lipsindu-se de încrederea în cele ale lumii și dorind tot mai mult pe Dumnezeu - ajunge la nepătimire, la „desfacerea minții de *toată împătimirea* după cele pământești”; iar unei asemenea minți Dumnezeu îi poate încredința iubirea Sa.

Dar și omul, la rândul lui, trebuie să-I răspundă Domnului cu iubire, aceasta fiind o dovadă a înțelegerii iubirii divine manifestată în toată iconomia ei: „Nu vom putea să ne ridicăm la acea adevărată desăvârșire ⁵³⁶ decât dacă, așa precum El mai întâi ne-a iubit numai pentru mântuirea noastră, și nu a altcuiva, să-L iubim și noi pentru

⁵³³ *Ibidem*, p.74.

⁵³⁴ *Ibidem*.

⁵³⁵ *Ibidem*, p.61.

⁵³⁶ La treapta fiilor care au toate câte are Tatăl.

dragostea Lui, și nu a altuia” ⁵³⁷ (Părintele Cheremon). Iar aici se vede mai clar darul lui Dumnezeu, faptul că El dăruiește nevoitorului posibilitatea și împărtășirea de această stare și în această stare, împărtășirea de iubirea divină și bucuria conviețuirii depline cu Dumnezeu.

Tot legat de această trecere de la frica de Dumnezeu, cea care curăță - căci cel ce o simte se află încă în lupta cu patimile -, către frica lui Dumnezeu, cea care bucură - căci cel care o trăiește simte altfel, curatat fiind, iubirea lui Dumnezeu -, despre acest moment vorbește și Sfântul Diadoh al Foticeii, care identifică o frică de mijloc, ce se află între acestea două ⁵³⁸. Prima frică, cea de Dumnezeu, este văzută ca o frică curățitoare, cea de-a treia, frica lui Dumnezeu, ca „frica-rugăciune în fața măririi dumnezeiești”, iar cea de-a doua frică, dintre cele două, este o frică ce îndulcește ⁵³⁹, pregătindu-l, deci, pe nevoitor pentru gustarea mai deplină a iubirii dumnezeiești, proprie treptei dragostei desăvârșite împreună cu frica lui Dumnezeu. Prin această frică, care îndulcește, Sfântul Diadoh pare a exemplifica tot o pregustare a bunătăților veșnice dăruită prin mijlocirea Duhului Sfânt, Care umple sufletul nevoitorului de „o liniște fericită, atunci când se toarnă în el dulceața Duhului Sfânt” ⁵⁴⁰. După Sfântul Diadoh al Foticeii, această stare este simțirea dragostei care vine de la Duhul Sfânt ⁵⁴¹, dragoste care aprinde sufletul de dragostea către Dumnezeu ⁵⁴², clarificând astfel pentru noi faptul de a putea răspunde cu iubire, iubirii lui Dumnezeu și evidențiind din nou, caracterul de dar al acestei iubiri și al acestei stări sufletești. Forma cea mai înaltă a acestei stări și a acestei iubiri duhovnicești este chiar cea despre care vorbește Sfântul

⁵³⁷ Sfântul Ioan Casian, *Convorbiri duhovnicești*, op. cit., p.275.

⁵³⁸ O delimitare fățișă la Sfântul Diadoh al Foticeii nu am văzut, dar ne-am bazat în această afirmație pe constatările Părintelui Teoclit Dionisiatul (1916-2006). Cu toate acestea, putem înțelege că omul, cu cât se apropie mai mult de Dumnezeu, cu atât simte o dulceață mai intensă, ce-l pătrunde din ce în ce mai mult, astfel că, toate simțurile sale (corporale și sufletești) angrenate în activitatea metanoică (de pocăință) se îndulcesc, răsplătind nevoitorul cu din ce în ce mai multă pace, fericire, și satisfacție.

⁵³⁹ Teoclit Dionisiatul, *Tâlcuire la Filocalie*, vol. II, op. cit., p.96.

⁵⁴⁰ *Ibidem*, p.94.

⁵⁴¹ *Ibidem*, p.93.

⁵⁴² *Ibidem*.

Apostol Pavel, cea care „nu cade vreodată” (1Corinteni 13, 8) și care, prin urmare, este veșnică, iubire întru care sălășluiește temerea curată ce rămâne în veacul veacului (Ps.18, 10), frica lui Dumnezeu spre a cărei stări de manifestare, adică iubirea desăvârșită, tinde fiecare ascet. Dar această dragoste a Sfântului Duh este chiar Duhul Sfânt Care ne cercetează și intră în sufletul nostru: „Dragostea este Dumnezeiescul Duh” (Sfântul Simeon Noul Teolog) ⁵⁴³, îndulcindu-ne și chemându-ne la un ospăț mai îmbelșugat.

El este darul lui Dumnezeu pentru noi, El Se dăruiește pentru ca noi, înțelegându-L să ne dăruim din proprie libertate Lui și prin El, întregii Sfinte Treimi, și astfel să intrăm în viața celor trei Persoane Divine. „Sufletului care se căiește Domnul îi dă, pentru pocăință, darul Duhului Sfânt” ⁵⁴⁴. „O, Duhule Sfinte, drag ești Tu sufletului! Nu e cu putință să Te descriu, dar sufletul cunoaște venirea Ta și Tu dai pace minții și dulceață inimii” ⁵⁴⁵. „Harul lui Dumnezeu dă putere de a iubi pe Cel iubit” ⁵⁴⁶. „Dar Dumnezeu este cunoscut numai prin Duhul Sfânt” ⁵⁴⁷.

Știm din cele prezentate anterior că treapta de la care se pleacă spre împărtășirea cu iubirea deplină, este treapta argaților sau a celor ce au ajuns la nădejde - treapta nădejzii -, treapta întru care cei ce se nevoiesc pregustă bucuria cerească, iar prin urmare, ea poate fi mărturie a momentului transgresării ei către treapta fricii lui Dumnezeu, căci putem deduce momentele mai sublime proprii stării superioare ei prin revelarea celor potrivite chiar acestei stări a

⁵⁴³ Sfântul Ignatie Briancianinov, *Aripi duhovnicești pentru cei osteniți și împovărați. Experiențe ascetice*, vol.III, op. cit., p.85. Cf. 1Ioan 4, 8: „(...) Dumnezeu este iubire”. Iar dacă Duhul Sfânt ne cercetează înțelegem că Însăși Sfânta Treime ne cercetează, de vreme ce fiecare Persoană Divină poartă întreaga deplinătate dumnezeiască: „Dogma despre Treime arată către egalitatea celor trei Ipostasuri, și prin aceasta ne descoperă că fiecare Ipostas este Dumnezeu desăvârșit, pentru că Fiecare dintre Ele poartă în sine întreaga plinătate a Ființei Dumnezeiești, o stăpânește într-o măsură absolută, și ca atare este <<dinamic>> egal Treimii. *Cela ce a văzut pre mine, a văzut pre Tatăl* (Ioan 14, 9) - prin aceste cuvinte Hristos ne povățuiește să înțelegem că între Ipostasuri se află o desăvârșită identitate, care totuși nu desființează caracterul de nerepetat, ireductibil al fiecăruia”. (Arhim. Sofronie, *Nașterea întru Împărăția cea neclătită*, Editura Reîntregirea, Alba Iulia, 2003, pp.81-82)

⁵⁴⁴ Cuviosul Siluan Athonitul, *Între iadul deznădejzii și iadul smereniei*, op. cit., p.292.

⁵⁴⁵ *Ibidem*, p.102.

⁵⁴⁶ *Ibidem*, p.55.

⁵⁴⁷ *Ibidem*, p.60.

nădejdi. Știind astfel experiențele sufletești ale celor ce au ajuns la treapta nădejdi, ne putem forma o anumită idee despre cei ce le depășesc pe acestea, ridicați fiind la o pace și o bucurie nepieritoare.

O asemenea stare a celui ce a ajuns la nivelul nădejdi este descrisă de Sfântul Isaac Sirul, stare, pe care o vom prezenta în cele ce urmează. „Așadar, când cineva în făptuirea sa pe calea virtuții ajunge la bucuria nădejdi ⁵⁴⁸, orice întristare încetează și povara făptuirii lui se ușurează pentru el. Acum el lasă făptuirea fricii, și începe făptuirea iubirii ⁵⁴⁹, se dezbracă de frica și de spaima căii și inima lui începe să fie pusă în mișcare neîncetat de încredere. Inima sa găsește sprijin, gândirea lui saltă și nu mai vede nicidecum această lume. De acum înainte în inima lui se pune în mișcare o nădejde cu privire la cele viitoare. E plin de bucurie neconținut și lumea aceasta e ascunsă de ochii lui fără să știe cum. Sufletul său saltă în fiecare clipă ca și cum ar sta deja în lumea cea nouă. Acestea și altele ca acestea le vede neconținut în sufletul său în liniștirea lui. Căci, așa cum spuneam, ele vin în vremea în care sufletul a început să se despartă de părtășia cu păcatul ⁵⁵⁰, iar prin liniștirea neconținută, inima lui a început să se curețe de feluritele aduceri-aminte care nășteau o diversitate de imagini care înviau măduarele omului cel vechi.

Când în gândirea unui asemenea om a început această mișcare a nădejdi și în inima lui încolțește pe neașteptate, fără motiv și neîntrerupt bucuria care vine de aici, atunci el nu mai cunoaște osteneala, nici povara lăncezelii (akediei), nici frica de moarte. (...). Această bucurie îmbată omul întreg. Despre o asemenea bucurie

⁵⁴⁸ Sau nădejdea bucuroasă, cea dobândită prin practica isihiei. Sunt unele pasaje din care deducem că, e posibil ca Sfântul Isaac Sirul să fi văzut în frica de Dumnezeu, o frică de început, o frică a celor de pe prima treaptă (*Cuvinte către singuratici. Partea a doua, recent descoperită, op. cit.*, p.95, p.96 și *Cuvinte către singuratici, partea a treia, recent regăsită*, Editura Deisis, Sibiu, 2007, p.153) și prin urmare, o adevărată căință și o autentică îndepărtare de păcat nu vin din teama de osândă, ci pornesc din frica (de pe treapta nădejdi, a celor ce simt că le-au fost iertate păcatele) de a se îndepărta de la ei aducerea-aminte de El (din aceasta născându-se dragostea de El) și, implicit, din frica de a nu răni iubirea Lui față de noi toți. (*Cuvinte către singuratici. Partea a doua, recent descoperită, op. cit.*, p.130 și *Cuvinte către singuratici, partea a treia, recent regăsită, op. cit.*, p.153.)

⁵⁴⁹ Se vede deja, angajarea în dobândirea iubirii și a fricii lui Dumnezeu.

⁵⁵⁰ Prin urmare, să se apropie de starea nepătimirii.

spunem că face inima limpede ⁵⁵¹, că e ușa de intrare în descoperirile mentale ale minții, care sunt cele văzute la rugăciune. Aceasta e prima gustare ⁵⁵² prin care intrăm în portul dumnezeiesc, împlinirea căinței și mângâierea făgăduită în Evanghelie” ⁵⁵³.

Această trecere de la nădejde la iubire este însă o continuă încercare din partea lui Dumnezeu a celui care năzuiește spre El, pentru a-i întări acestuia smerenia, lăsându-l în neputințele firii, „părăsindu-l”, întărindu-i astfel conștiința faptului că fără de El nu este și nu poate fi cineva, de aceea „din când în când însă îi este luată ⁵⁵⁴, ca să se smerească” ⁵⁵⁵. Dar smerindu-se, omul atrage și păstrează Duhul Sfânt, iar Acesta bucură din nou sufletul nevoitorului: „După care se bucură și se desfată din nou” ⁵⁵⁶. Înțelegem astfel, că această trecere nu se întâmplă subit, în sensul că omul va rămâne permanent după aceea, în acea stare, ci va fi urcat cu mintea și inima în „cerul nepătimirii”, după care, readus în lumea aceasta, în nimicnicia ei conștientizată de cel în cauză, el îl va dori cu mai multă ardoare pe Dumnezeu, precum și bunătățile Lui: „Sufletul meu tânjește după Domnul și cu lacrimi îl caut. Cum aş putea să nu Te caut? Tu m-ai găsit mai întâi și mi-ai dat desfătarea Sfântului Tău Duh, și sufletul meu Te-a iubit. Tu vezi, Doamne, întristarea mea și lacrimile... dacă nu m-ai fi atras prin iubirea Ta, nu Te-aş căuta așa cum Te caut” ⁵⁵⁷. „Amintirea

⁵⁵¹ Este bucuria rezultată din părtășia omului cu iubirea divină, care curățește inima, alungând gândurile rele, limpezind-o.

⁵⁵² Aflându-se în treapta nădejzii (a doua), o primă gustare din starea de fiu (a treia), aceasta însemnând că mai pot urma și alte gustări.

⁵⁵³ Sfântul Isaac Sirul, *Cuvinte către singuratici. Partea a doua, recent descoperită, op. cit.*, p.130-131. Cf. *Ibidem*, p.97.

⁵⁵⁴ Bucuria. Această bucurie fiind și o dovadă a sălășluirii în bine, într-o stare firească proprie omului.

⁵⁵⁵ *Ibidem*. Cf. *Ibidem*, p.158: „Lângă orice om este, prin urmare, o Putere. Ori de câte ori Aceasta se depărtează de el, frica se apropie numaidecât de inima lui, puterile inteligenței lui slăbesc și orice cunoaștere sărăcește în el cu totul; și atunci omul e cu totul lipsit de încrederea credinței, iar gândurile îi devin asemenea celor ale unui copil mic. Dar când Aceasta se apropie din nou de el, curajul intră numaidecât în sufletul său, inima i se face mai tare ca un munte și nu se mai teme de nici o făptură; nimic nu mai înspăimântă inima lui, nici teama de demoni, nici cea de fiarele sălbatice, nici cea de oamenii răi și ticăloși, nici bolile trupului, nici goliciunea, nici lipsa de hrană, nici chiar moartea de care se teme și firea. Pe scurt, omul se îmbracă în râvnă [zel] ca în niște cărbuni aprinși, și nimic din creația lui Dumnezeu nu mai înspăimântă gândirea, vederea și amintirea lui”.

⁵⁵⁶ *Ibidem*.

⁵⁵⁷ Cuviosul Siluan Athonitul, *Între iadul deznădejzii și iadul smereniei, op. cit.*, p.53.

Ta încălzește sufletul meu; nicăieri pe pământ el nu-și găsește odihna afară de Tine”⁵⁵⁸. Prin urmare, după cum vedem, această dorință a omului de a-L întâlni din nou pe Dumnezeu, de a fi cu El, de a retrăi bucuria conviețuirii cu El, nu este posibilă decât prin mijlocirea Duhului Sfânt și a harului Său, adică darul cel bun al lui Dumnezeu, lucrarea (energia) necreată a Dumnezeirii, „Dumnezeirea”, aceasta trăgându-l pe nevoitor pentru a intra în comuniune cu Ea, printr-o participare ontologică, dându-i acestuia modul existenței divine⁵⁵⁹. Iar această *dorință ontologică* (firească), este un element cheie în transgresarea stării de mijloc și îndreptarea spre cea a desăvârșirii. Dar această zdroabă metafizică⁵⁶⁰ - ce constă în lupta minții, prin practicarea trezviei (*nepsis*) sau a liniștirii (*hesychia*), de a se smeri, de a nu lăsa vreun gând al mândriei să pătrundă în ea și să îl despartă de harul divin, lupta de a păstra harul - este trăită personal, fiecare având de parcurs drumul și timpul lui pe care, le rânduiește Dumnezeu pentru a ajunge la El. Iar depășind o anumită limită a firii, sufletul omului se bucură din nou că harul lui Dumnezeu a revenit să-l ajute și să-l desfete în bucuria mai presus de cuvinte.

Așadar, putem identifica două tipuri de lupte ascetice: *prima* ce este proprie începătorilor și constă în a cunoaște și a gusta din Dumnezeire, a-L primi în minte și în suflet pe Dumnezeu, prin mijlocirea Duhului Sfânt, precum și lupta începătoare de a-L dobândi, iar *a doua* este proprie celor ce au ajuns la starea nădejzii, la starea a doua din urcușul duhovnicesc întru care, asceții drept-slăvitori se străduiesc să redobândească Duhul Sfânt, căci unii ca aceștia L-au cunoscut deja, dar L-au pierdut prin mândrie, iar dorința lor de a se împărtăși din nou cu El are ca temelie „vederea lui Dumnezeu”, care, le va întări mai mult avântul metafizic către Dumnezeu. Prin urmare, numai când întâlnim acest avânt ontologic ardent către Dumnezeu, putem vorbi despre momente posibile ale transcederii fricii *de*

⁵⁵⁸ *Ibidem*, p.55.

⁵⁵⁹ Arhim. Sofronie Saharov, *Viața și învățătura Starețului Siluan Athonitul*, op. cit., p.201.

⁵⁶⁰ Pentru mai multe detalii despre acest tip de nevoință, vezi *Viața și învățătura Starețului Siluan Athonitul*, op. cit.

Dumnezeu și însușirea fricii *lui* Dumnezeu, prin gustarea iubirii divine ce este pururea unită cu acest ultim gen de frică. Dar această râvnă înflăcărată de a-L reprimi pe Duhul Sfânt, deși e motivată de vederea anterioară a lui Dumnezeu, pornește și se bazează pe hotărârea dintru început a nevoitorului, de a nu se dezlipi de durerea provocată de gândul la „chinul său și la durerea pe care va avea să o sufere din pedeapsa veșnică”, gând propriu primei trepte a fricii de Dumnezeu, adecvate stării duhovnicești începătoare, starea robilor. Iar prin această asceză el va primi nădejdea care îl va izbăvi: „Cel ce nu va vrea să scape și să fugă de durerea născută din frica de chinurile veșnice, ci se va lipi cu toată hotărârea inimii de ea și-și va strânge și mai mult legăturile ei, pe măsura acestei hotărâri va înainta mai repede și se va înfățișa înaintea feței Împăratului împăraților ⁵⁶¹. Iar întâmplându-se aceasta, îndată ce va privi ca printr-o ceață spre slava Aceluia ⁵⁶², i se vor dezlega lanțurile, iar călăul lui, sau frica, va fugi departe de la el, și durerea din inima lui se va întoarce în bucurie și se va face izvor care izvorăște la vedere neîncetat șiroaie de lacrimi, iar în minte, liniște, blândețe și dulceață de negrăit. Ba îi va da și bărbăție și îl va face să alerge slobod și neîmpiedicat spre toată ascultarea poruncilor lui Dumnezeu. Acestea sunt cu neputință celor începători ⁵⁶³, dar le sunt proprii celor ce au ajuns, prin înaintare, spre mijloc” ⁵⁶⁴.

Prin aceste cuvinte ni se mai aduce aminte și de această dinamică a nevoinței, bazată pe elementele firești firii noastre ce trebuie direcționate numai spre Dumnezeu, căci astfel vor putea fi folosite la parametri maximi (în anumite intervale) în scopul pentru care au fost create și dăruite nouă.

Din toate acestea de mai sus am mai înțeles că, doar Dumnezeu prin Duhul Său Cel Sfânt îl ajută pe nevoitor în lupta sa cu patimile, trecându-l din lumea sensibilă în cea divină, dăruindu-i daruri peste

⁵⁶¹ Va ajunge la prima vedere a lui Dumnezeu.

⁵⁶² Văzându-L pe Dumnezeu, a și primit nădejdea izbăvitoare de frică și întăritoare în lupta cu patimile, ușurându-i astfel nevoința încercării de a dobândi asemanarea cu Dumnezeu.

⁵⁶³ Cei începători sunt cei care au simțit doar primele roade ale fricii de chinuri, și sunt încă robiți de această temere.

⁵⁶⁴ *Filocalia*, vol. VI, *op. cit.*, p.66.

daruri, iertându-l, încurajându-l, întărindu-i nădejdea și dându-i să guste din bucuria conviețuirii cu un asemenea Dumnezeu, toate acestea și multe altele fiind roade ale milostivirii divine oricât de multe exerciții duhovnicești am întreprinde. Căci până și Sfântul Simeon Noul Teolog se întreabă cum se poate realiza această trecere de la pătimire la nepătimire, de la înțelegerea celor lumești la înțelegerea (după putința fiecăruia) celor dumnezeiești, de la nădejde la gustarea bucuriei veșnice, de la lumea văzută la „cele nevăzute”: „Cum? Aș fi vrut și eu să știu limpede acest lucru. El este de netâlcuit” ⁵⁶⁵. Dar în și prin această dorință sinceră de răspuns, îl primește pe acesta: „Dragostea este Dumnezeiescul Duh” ⁵⁶⁶, căci: „din frică se naște dragostea, iar prin dragoste se dezrădăcinează frica din suflet, și rămâne în suflet numai dragostea, fiind Duh Dumnezeiesc și Sfânt” ⁵⁶⁷, prin aceste cuvinte sintetizând urcușul duhovnicesc înspre iubirea desăvârșită împreună cu frica lui Dumnezeu și evidențiind caracterul personal al acestei relații om-Dumnezeu, relație în care Dumnezeu vine pentru întărirea omului, trăgându-l, atât cât îi este îngăduit, la limanul cel bun al Său. Numai cu ajutorul harului divin omul transcede orice treaptă duhovnicească, întărit și luminat fiind de acesta, găsind sau mai bine zis primind, cu fiecare pas pe care îl face, noi sensuri ale celor ce au fost, sunt și vor fi, iar în toate, dragostea divină (Dumnezeiescul Duh) fiind colacul de salvare, farul călăuzitor și povățuitorul de nădejde.

Tot la Sfântul Simeon Noul Teolog găsim, într-o simbolistică aparte, această devenire a fricii, plecând de la frica - element sădit de Dumnezeu în om, trecând prin etapa pierderii temerilor începătoare și culminând cu vederea „celor nevăzute” într-o bucurie și desfătare sufletească negrăită. Sfântul Simeon, în încercarea despătimirii cere lui Dumnezeu să sădească în „țarinile sufletului și inimii” sale, frica Lui; știind că fără afectul firesc (frica) este cu neputință apariția fricii de Dumnezeu, aceasta din urmă fiind prin natură echivalentă cu prima,

⁵⁶⁵ Sfântul Ignatie Briancianinov, *Aripi duhovnicești pentru cei osteniți și împovărați. Experiențe ascetice*, vol.III, op. cit., p.85.

⁵⁶⁶ *Ibidem*.

⁵⁶⁷ *Ibidem*, p. 82.

diferențiindu-se doar prin redirecționare, scop și intensitate. Fiind, prin urmare, doar o formă avansată a primei temeri, deducem că Sfântul Simeon știa deja care sunt beneficiile temerii de Dumnezeu, cerând acum, reapariția și redobândirea acesteia. Această frică este văzută ca un *pom*, care prin păzirea poruncilor se dezvoltă și duce, implicit, la o înmulțire a curgerilor lacrimilor, lacrimi ce hrănesc la rândul lor pomul fricii ⁵⁶⁸, iar odată cu el crește și smerenia, virtute ce este înconjurată ca o „împărăteasă” de către celelalte virtuți. „Iar când se adună și se unesc între ele ⁵⁶⁹, în mijlocul lor înflorește, ca pomul lângă izvoarele apelor, frica, sădită de către Tine ⁵⁷⁰; și încetul cu încetul odrăslește o floare ⁵⁷¹ străină. Am zis străina fiindcă orice fire naște după felul său, și sămânța tuturor pomilor se află în fiecare după felul său - iar frica Ta dă naștere și unei flori străine firii, și unui rod ⁵⁷² de asemenea străin ei. Frica aceasta este plină în chip firesc de tânguire, și pe cei ce au dobândit-o îi face a se tângui neîncetat ca pe niște robi vrednici de multe cazne, ca pe unii care așteaptă în fiecare ceas cercetarea morții, care nu au nădejde, nu au încredințare de iertare desăvârșită, ci se cutremură de hotarul acestei vieți, se înspăimântă de sfârșitul ei, din pricină că neștiută este hotărârea ce va urma după judecată ⁵⁷³. O, Dumnezeu! Floarea născută de către frică, netâlcuită după fel este încă și mai netâlcuită după chip. Ea se vede înflorind, dar neîntârziat se ascunde ⁵⁷⁴ - ceea ce este nefiresc și nu după rânduiala firii, ceea ce este mai presus de fire, ceea ce întrece orice fire. Totuși,

⁵⁶⁸ Păzirea poruncilor și curgerile lacrimilor sunt indicii unei înaintări în ale nevoinei duhovnicești. Acest lucru este posibil prin ajutorul fricii de Dumnezeu care, „sensibilizează și întărește spiritul”, povățuindu-l pe calea cea dreaptă a poruncilor și a căinței. Dar totodată, prin parcurgerea acestei căi, și temerea de Dumnezeu are de câștigat, în sensul că ea se întărește, se înnoiește, devine mai puternică, ținându-l în frâu mai bine pe cel ce nu o leapădă și nu se abate de la cale. Și aici întâlnim o codeterminare întru lucrările omului și cele ale lui Dumnezeu mijlocite de această temere.

⁵⁶⁹ Când se unesc virtuțile.

⁵⁷⁰ De către Dumnezeu.

⁵⁷¹ Această floare străină după cum vom vedea este dragostea care nu are în ea și nu provoacă ceva din cele simțite ca rodind din frică, din natura fricii.

⁵⁷² Rodul fricii este probabil bucuria dulce produsă de iubirea întru care nu este frică.

⁵⁷³ Cei despre care este vorba sunt cei din prima treaptă a duhovniciei, robiți de frica judiciară.

⁵⁷⁴ Este așa-zisa părăsire a lui Dumnezeu cu scopul smeririi nevoitorului și de a-l vedea dacă mai râvnește după bunătățile gustate anterior, pentru a-i întări voința de a-L dori mai cu tărie.

floarea se arată minunată, mai presus de orice cuvânt, răpește spre vederea ei toată mintea mea ⁵⁷⁵, neîngăduindu-i să-și amintească nimic din cele a căror cunoaștere o aduce frica, ci pricinuieste în mine atunci uitarea tuturor acestora ⁵⁷⁶, și degrab zboară. Pomul fricii rămâne iarăși fără floare. Și mă necăjesc, și suspin, și strig cu putere către Tine ⁵⁷⁷. Și iarăși văd pe ramurile pomului floarea! ⁵⁷⁸ O, Hristoase al meu! Având privirea ațintită doar la floare, nu văd atunci pomul acesta ⁵⁷⁹. Dar floarea se ivește mai des și, atrăgându-mă tot la sine prin dorire, sfârșește în rodul dragostei ⁵⁸⁰. Și iar nu răbdă acest rod să rămână pe pomul fricii. Dimpotrivă, când se coace, se coace singur, fără pom ⁵⁸¹. Frica în dragoste nicidecum nu se află, în timp ce, dimpotrivă, sufletul fără frică nu aduce roadă. Cu adevărat, minune mai presus de cuvânt, mai presus decât orice gând! ⁵⁸² Pomul cu greutate înflorește și aduce

⁵⁷⁵ Este o stare de extaz în care omul este atras de lumina, de focul, de dulceața, de bucuria, emanate de Duhul Sfânt.

⁵⁷⁶ Fiind cu mintea și sufletul în bucuria Dumnezeirii întru Care nu există păcat sau frică nedesăvârșită, nevoitorului îi este imposibil să simtă ceva din stările proprii acestora.

⁵⁷⁷ Cei ce au gustat din bunătățile lui Dumnezeu, dar au fost lipsiți, după un anume timp, de ele, simt nevoia de a gusta din nou, de a se desfăta iar de bucuria vederii lui Dumnezeu. Dar acest lucru nu se întâmplă chiar în momentul în care dorește omul, căci Dumnezeu, Persoană fiind, comunică cu el când dorește și când socotește că-i este de folos, iar nevoitorul simte această absență ca o durere intensă.

⁵⁷⁸ Iar Dumnezeu știe să-și facă apariția atunci când este necesar.

⁵⁷⁹ Când ești în Dumnezeul-Iubire uiți de frică, căci în iubirea desăvârșită nu este frică.

⁵⁸⁰ Întâlnim aici o ilogicitate aparentă. Dacă floarea care atrage mintea și sufletul omului este Duhul Sfânt, este dragostea divină, este Dumnezeirea, cum este posibil ca rodul (fructul) rezultat din floare să fie tot dragoste? Ar trebui să fie ceva mai mult și mai bun decât aceasta. Dar mai mult decât Dumnezeu nu există. Și floarea este dragoste, și fructul este dragoste, și floarea provoacă bucurie (floare ca primă vedere a lui Dumnezeu) și fructul ca iubire mai profundă provoacă bucurie, dar una mai intensă. Deducem din acest fapt că este vorba de o descriere a urcușului vederii lui Dumnezeu în care, prima oară vezi floarea - adică ceva frumos la aspect ce te fascinează, dar care nu a rodit încă -, iar pe urmă guști mai mult din iubirea lui Dumnezeu, aflându-te pe o treaptă mai înaltă a vederii, a cunoașterii, a posibilității de a te hrăni și de a fi hrănit cu, din, și de Iubire. Fructul (rodul) simbolizează astfel o înaintare în cele ale duhovniciei, este o bucurie mai mare de care se împărtășesc cei care au înaintat - din mila lui Dumnezeu - în vederea și comuniunea cu Dumnezeu. Floarea și rodul este același Duh Sfânt, aceeași Dumnezeire, Care se revelează și se dăruiește, înțelept, sub diverse forme și prin mijloace diferite.

⁵⁸¹ Dacă omul se află într-o continuă devenire dintru existență întru *Ființă* (Ieșire 3, 14), având nevoie de anumite determinante (în cazul nostru de frică), Dumnezeul veșnic este Același, prin fire transgresând orice limită a creatului (deci și a omului). De aceea El apare omului ca Cineva ce depășește cauzalitățile creatului, apare ca Cineva nemaivăzut, ca Transcendență.

⁵⁸² Este uimirea oricărui om ajuns la vederea lui Dumnezeu, la cunoașterea, simțirea iubirii Dumnezeiești și a rațiunilor ei ce luminează corpul și sufletul omului, făcându-l fierbinte și transparent, prin lumina, fierbințeala și transparența Dumnezeirii.

rod; iar rodul, dimpotrivă, dezrădăcinează tot pomul și rămâne rodul, rămâne singur. Cum se poate rod fără pom? Nicicum nu pot să tâlcuiesc. Și totuși el rămâne, și totuși el este - dragostea asta fără frica ce a născut-o. Această dragoste e, cu adevărat, cea mai mare veselie, umple pe cel care a dobândit-o de bucurie și desfătare sufletească, îl scoate în afara lumii prin simțirea duhovnicească ⁵⁸³, lucru pe care frica nu poate nicicum să îl facă. Acest rod, aflându-se înlăuntrul celor văzute și înlăuntrul celor simțite, cum poate să îl așeze departe de toate pe cel ce a dobândit frica, unindu-l în întregime cu cele nevăzute prin mijlocirea simțirii duhovnicești? ⁵⁸⁴ Cu adevărat, nicicum nu poate. Floarea aceasta și rodul acesta, născute de către frică, se află în afara acestei lumi ⁵⁸⁵. Ele și acum răpesc sufletul, și îl înalță, și îl așează în afara acestei lumi. Cum? Aș fi vrut și eu să știu limpede acest lucru. El este de netâlcuit: Dragostea ⁵⁸⁶ este Dumnezeuiescul Duh” ⁵⁸⁷.

Acestea au fost doar câteva din particularitățile momentului trecerii de la frica de Dumnezeu la frica lui Dumnezeu, acestora putându-li-se adăuga altele izvorâte dintr-o căutare mai amănunțită a scrierilor sfinte. În continuare vom încerca să descriem și forma desăvârșită a fricii de Dumnezeu, și anume frica *lui* Dumnezeu.

2.3.4. Frica lui Dumnezeu

⁵⁸³ Simțirea duhovnicească = cunoștința duhovnicească, cea care se află între frică și iubire și trage pe om pe nesimțite și fără primejdie de la cea dintâi la cea de a doua (*Filocalia*, vol. VI, *op. cit.*, p.26). Aceasta este o simțire și o cunoaștere a rațiunilor lucrurilor create și necreate, posibilă prin luminarea minții de către harul dumnezeiesc și este trăită personal, fiecare „după măsura luminării primite”.

⁵⁸⁴ Dumnezeu, deși transcede lumea, El nu stă în afara ei, ci o întreține, prin energiile Sale necreate, pătrunde și lucrează în și prin ea, și de aceea i se înfățișează omului (într-o primă fază) ca un element firesc creației, ca ceva creat, și, deci, capabil de a fi simțit.

⁵⁸⁵ Cu toate că Dumnezeu se face simțit omului, acesta percepându-L la rândul lui în măsura posibilității personale, cu timpul el va ajunge la o înțelegere dreaptă a naturii Celui pe Care Îl vede, Acesta arătându-i-se acum în slava Sa necreată, în transcendența Sa, în modul Lui de a fi ce transgresează modul de a exista propriu *creatului*.

⁵⁸⁶ Dragostea aceasta ce transcede lumea și mă trage și pe mine la acea stare, dându-mi posibilitatea de a o transcede și eu prin ea și în ea, nu poate fi decât o Persoană conștientă de actele Sale, o Persoană Divină.

⁵⁸⁷ Sfântul Ignatie Briancianinov, *Aripi duhovnicești pentru cei osteniți și împovărați. Experiențe ascetice*, vol.III, *op. cit.*, pp.83-85.

Din cele discutate până acum, avem deja o idee (sau mai multe) despre acest gen de frică, care, în fond, este o formă mai accentuată a fricii de Dumnezeu, pe care o depășește ca sens și manifestare, trecând într-o altă sferă, aceea a dragostei desăvârșite întru care temerea primește un alt sens și prin urmare o altă semnificație. Această frică „este împreunată pururea cu dragostea” ⁵⁸⁸ și se manifestă în starea de „desăvârșire a dragostei” ⁵⁸⁹, iar dacă în iubire nu este frică, căci iubirea desăvârșită alungă frica (1 Ioan 4, 18), deducem că, și în frica lui Dumnezeu, proprie iubirii desăvârșite, nu găsim elemente constitutive stării duhovnicești proprii fricii de Dumnezeu, stare de păcătoșenie. Iar dacă pricina apariției fricii de Dumnezeu este păcatul ⁵⁹⁰, înțelegând că despățimirea ⁵⁹¹ este starea potrivită fricii de Dumnezeu, iar nepățimirea potrivită fricii lui Dumnezeu, reiese că, iubirea divină este pricina celei de a doua temeri, iubirea fiind cea care înlătură frica pătimășă. Iar în iubire frica primește un alt sens: „Frica lui Dumnezeu este o frică lipsită de patimă; că nu te temi de Dumnezeu, ci te temi să nu cazi din harul lui Dumnezeu” (Clement Alexandrinul) ⁵⁹², este frica de a nu fi despărțit de Dumnezeu.

Iată ce spune Avva Dorotei, în legătură cu cele două frici, elogiind pe cea „desăvârșită”, frica lui Dumnezeu: „Sunt două frici: una începătoare, cealaltă desăvârșită; una este frica celor care încep, ca să zic așa, să facă voia lui Dumnezeu; cealaltă e a Sfinților desăvârșiți, ce au ajuns la măsura dragostei. De pildă: cine plinește voia lui Dumnezeu de frica muncilor, acela, precum am spus, încă este începător; acesta încă nu face binele de dragul binelui în sine ⁵⁹³, ci de frica pedepsei - iar celălalt împlinește voia lui Dumnezeu din dragoste de Dumnezeu, iubind voia lui Dumnezeu, o împlinește ca să placă lui Dumnezeu ⁵⁹⁴.

⁵⁸⁸ *Filocalia*, vol. II, *op. cit.*, p.74.

⁵⁸⁹ Sfântul Ioan Casian, *Convorbiri duhovnicești*, *op. cit.*, p.283.

⁵⁹⁰ *Filocalia*, vol. III, *op. cit.*, p.59.

⁵⁹¹ Prin *despățimire* înțelegem acea acțiune continuă de curățire de păcate, acea luptă cu ele, iar prin *nepățimire*, starea de sfințenie, de desăvârșire.

⁵⁹² Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, *op. cit.*, p.187.

⁵⁹³ De dragul lui Dumnezeu, El fiind nu numai bun, ci Însuși Binele.

⁵⁹⁴ Dar o împlinește nu din silă, ca și cum lui nu i-ar plăcea și o înfăptuiește formal doar pentru a-L satisface pe Dumnezeu, ci este vorba de o tăiere a voii proprii omului vechi (voință înclinată spre păcat) prin voia proprie omului nou (luminată și întărită de harul Sfânt), într-o conștiință de asemenea luminată, iar omul văzând și înțelegând

Unul ca acesta *știe ce este binele adevărat!*⁵⁹⁵ Unul ca acesta *a cunoscut ce înseamnă a fi cu Dumnezeu!* Unul ca acesta *are adevărata dragoste*, pe care Sfântul a numit-o *desăvârșită*. (1Ioan 4, 18). *Această dragoste îl conduce la frica cea desăvârșită*, fiindcă unul ca acesta se teme și păzește credincioșia față de voia lui Dumnezeu nu din frica pedepselor, nu pentru a scăpa de muncile cele veșnice, ci pentru că precum am spus, *gustând din dulceața petrecerii cu Dumnezeu, se teme să nu cadă, se teme să nu se lipsească de aceasta*. Prin această frică desăvârșită, care lucrează pe temeiul dragostei, e izgonită frica începătoare. De asta s-a și spus: Dragostea desăvârșită alungă frica”⁵⁹⁶.

Înțelegem că această frică are ca determinant iubirea divină, cea care transfigurează caracterul fricii începătoare, sublimând-o, dar nedisfăcând calitatea sa pedagogică, aceea de a menține un echilibru între îndrăzneala către Dumnezeu ce se naște din iubire - ce poate decădea la stadiul de dispreț⁵⁹⁷ - și temerea, sfiala iubirii desăvârșite - ce poate regresa la forma sa anterioară de frică judiciară sau chiar ură. De aceea, această frică a lui Dumnezeu este văzută ca o frică ce cumpătează, temperând posibilul avânt al îndrăzelii, precum și posibilitatea declinului sfiei - în fața măreției Dumnezeirii și constatarea nevredniciei unei asemenea Dumnezeiri - înspre treapta temerii nedisăvârșite, cea a robilor sau a argaților, teamă ca de un tiran despot, teamă ce poate proveni din ură⁵⁹⁸. De aceea, după cum spune Sfântul Maxim Mărturisitorul, această frică a lui Dumnezeu „susține pururea în suflet *sfiala evlaviei*, ca nu cumva, pentru îndrăzneala dragostei, să ajungă la nesocotirea lui Dumnezeu”⁵⁹⁹.

adevărata lui dorință și năzuință se străduiește (liber fiind) să împlinească voia lui Dumnezeu, ajutat fiind pe parcurs de harul Sfântului Duh, fără de Care nu ar fi fost posibilă vreo înclinare spre bine. Iar în încercarea omului de a împlini fără greșală voia lui Dumnezeu, pe parcurs, se poate ajunge la o armonie desăvârșită între cele două voințe, ce vor constitui un singur întreg.

⁵⁹⁵ Știe Cine este Binele adevărat, știe Cine este Calea, Adevărul și Viața (Ioan 14, 6).

⁵⁹⁶ Sfântul Ignatie Briancianinov, *Aripi duhovnicești pentru cei osteniți și împovărați. Experiențe ascetice*, vol.III, *op. cit.*, pp.76-77.

⁵⁹⁷ *Filocalia*, vol. III, *op. cit.*, p.59.

⁵⁹⁸ Arhim. Spiridonos Logothetis, *Deprimarea și tămăduirea ei în învățătura Bisericii*, *op. cit.*, p.91.

⁵⁹⁹ *Filocalia*, vol. II, *op. cit.*, p.74.

Această frică este, deci, o cinste ⁶⁰⁰, o cinstire sfântă, față de Dumnezeu.

Ambele frici - și cea de Dumnezeu, și cea a lui Dumnezeu - sunt considerate virtuți, căci presupun o conlucrare a omului cu Dumnezeu, dar în cea de a doua temere, darul lui Dumnezeu este mai vădit, revărsându-se cu o libertate ce nu se putea manifesta în starea de păcătoșenie a celor care mai lucrau încă la despățimirea lor. Facând o paralelă între formele fricii de Dumnezeu și cele ale fricii de lume (fricii nefirești), identificăm câte o frică nefirească la antipodul fiecărei forme ale fricii de Dumnezeu. Astfel că, pentru prima formă a fricii de Dumnezeu - frica de chinuri și cea de a pierde bunătățile făgăduite - găsim la polul opus anxietatea, acea frică - neliniște cu diverse forme de manifestare; iar pentru forma desăvârșită a fricii de Dumnezeu, frica *lui* Dumnezeu - acea frică metamorfozată ce conviețuiește și conlucrează cu dragostea - găsim în partea opusă, angoasa - formă de anxietate majoră ⁶⁰¹, care, reflectă o coabitare și o conlucrare a fricii cu nonsensul, cu moartea, cu ne iubirea, cu iadul - acel martiriu de a nu iubi pe cineva sau ceva ⁶⁰². Acest paralelism este evident, căci pentru fiecare patimă există câte o virtute ce i se opune.

Iată ce scrie Părintele Stăniloae într-o notă de subsol la un fragment din scrierile Sfântului Simeon Noul Teolog cu privire la această frică: „Cei ce se tem de Domnul ⁶⁰³ nu sunt lași, ci au curajul mărturisirii în fața lui Dumnezeu și a semenilor. Temerea de Dumnezeu este o sfială de a nu-L supăra, nu o lașitate. (...). Temerea de Dumnezeu nu e ca frica din lume sau de ceva din lume; e o putere față de toate cele din lume, iar față de Dumnezeu nu e simțită ca o frică propriu-zisă, ci ca o îndrăznire din iubire ⁶⁰⁴, împreunată în același timp cu sfiala. Temerea de Dumnezeu dă puterea de a întreprinde orice efort spre

⁶⁰⁰ Ca și virtute.

⁶⁰¹ Jacques Cosnier, *Introducere în psihologia emoțiilor și a sentimentelor*, op. cit., p.131.

⁶⁰² Christos Yannaras, *Abecedar al credinței*, op. cit., p.108.

⁶⁰³ Cei ce au frica lui Dumnezeu.

⁶⁰⁴ 1Ioan 3, 21: „Iubiților, dacă inima noastră nu ne osândește, avem *îndrăznire către Dumnezeu*”.

împlinirea voii Lui, adică a tot ce e bun” ⁶⁰⁵. Spuneam că această stare este proprie celor ce au ajuns la nepătimire, la sfințenie, asemănându-se chipului îngeresc, căci și îngerii trebuie să fie într-o stare a desăvârșirii și a neprihănirii pentru a putea sluji lui Dumnezeu. Astfel că, această teamă ce trebuie să și-o însușească oamenii este asemenea celei ce o trăiesc și o nutresc îngerii în iubirea lor și, totodată, în frica lor față de Dumnezeu: „Tu, dulceața noastră, Tatăl nostru Cel Ceresc, dă-ne puterea de a Te iubi, *dă-ne frica Ta sfântă*, așa cum tremură și te iubesc heruvimii” ⁶⁰⁶.

În această stare a nepătimirii omul stăruie într-o frică „fără amintirea păcatelor”, o „frică curată” ⁶⁰⁷, în care nu este ceva bolnăvicios, ea fiind „plină de evlavie, de trezvie, înprospătând simțirea ca o adiere a dimineții” ⁶⁰⁸. Această temere ce „stăruie întruna, nu va înceta vreodată, fiindcă este fințială. Ea ține oarecum de raportul lui Dumnezeu cu făptura, ca Unul ce-și face vădită tuturor mărirea Sa naturală, care e mai presus de toată împărăția și puterea. Cel ce nu se teme, așadar, de Dumnezeu ca judecător, dar îl venerează pentru slava covârșitoare a puterii Sale nemărginite, cu drept cuvânt nu are nici o lipsă ⁶⁰⁹, fiind desăvârșit în iubire, ca unul ce iubește pe Dumnezeu cu sfiala și cu evlavia care se cuvin. Acesta este cel care a dobândit temerea ce rămâne în veacul veacului ⁶¹⁰ și nu va avea nici o lipsă, niciodată” ⁶¹¹.

Și Sfântul Petru Damaschin afirmă că această frică a celor „foarte desăvârșiți și curați cu sufletul și cu trupul” este o frică care neprovenind dintr-o stare de păcătoșenie, ci dintr-o stare de curățenie, de nepătimire, este o frică curată, în care nu amintirea păcatelor provoacă temerea, ci conștientizarea că fără Dumnezeu ne vom îndrepta spre rău, spre păcate, deci vom greși, căci caracterul nostru

⁶⁰⁵ *Filocalia*, vol. VI, *op. cit.*, p.37.

⁶⁰⁶ Cuviosul Siluan Athonitul, *Între iadul deznădejdiei și iadul smereniei*, *op. cit.*, p.107.

⁶⁰⁷ *Filocalia*, vol. III, *op. cit.*, p.59.

⁶⁰⁸ Sfântul Teofan Zăvorâtul, *Răspunsuri la întrebări ale intelectualilor*, vol. I, Editura Sophia & Editura Cartea Ortodoxă, București, 2007, p.199.

⁶⁰⁹ Ps.33, 9: „Temeți-vă de Domnul toți sfinții Lui, că n-au lipsă cei ce se tem de El”.

⁶¹⁰ Ps.18, 10: „Frica de Domnul este curată, rămâne în veacul veacului”. Este aceeași frică despre care se vorbește în Ps.33, 9, este frica lui Dumnezeu.

⁶¹¹ *Filocalia*, vol. III, *op. cit.*, p.59.

schimbăcios și favorabil apariției păcatului nu poate fi convertit decât prin relația cu Dumnezeu, gândul pierderii unei asemenea relații dătătoare de viață, declanșând frica cea curată.

„Pentru că frica cea dintâi nu este curată, ci este mai degrabă din păcate. Iar cel curățit ⁶¹² se teme fără de păcat, nu fiindcă greșește, ci fiindcă este om schimbăcios și îndemânatic ⁶¹³ la rău. Și cu cât se înalță în agonisirea virtuților, cu atât se teme mai mult ca unul ce cugetă smerit ⁶¹⁴. Și pe drept cuvânt. Căci tot cel ce are bogăție ⁶¹⁵, se teme mult de pagubă, de munci, de necinste și de cădere din înălțime, iar săracul petrece fără frică, în cele mai multe privințe, temându-se numai să nu fie bătut” ⁶¹⁶. Sfântul Petru Damaschin a identificat chiar și anumite indicii pentru fiecare formă a fricii de Dumnezeu în parte: „Iar semnul fricii dintâi stă în a urî păcatul și a ne mânia pe păcat, ca niște răniți de fiară. Iar al celei desăvârșite, în a iubi virtutea și a ne teme de abatere, fiindcă nimeni nu este neschimbăcios” ⁶¹⁷.

Legat de aceste două forme ale fricii de Dumnezeu, găsim și două feluri de rugăciune ale celor ce-l iubesc cu adevărat pe Dumnezeu ⁶¹⁸, după cum spune Sf. Maxim Mărturisitorul: „Două sunt stările cele mai înalte ale *rugăciunii curate*. De una au parte cei ce se îndeletnicesc cu

⁶¹² Cel ajuns la nepătimire.

⁶¹³ Iscusit, sau cu sensul învechit: favorabil, potrivit. Omul conștientizează că fără harul lui Dumnezeu care să-l mențină în direcția binelui, deci, spre Dumnezeu, nu este în stare prin forțele individuale să săvârșească binele, să se mențină pe calea cea dreaptă, cea potrivnică răului.

⁶¹⁴ Cel ce a ajuns la înțelegerea dreaptă a lucrurilor, la stadiul fiilor, știe că toate ale Tatălui sunt și ale lui, dar mai știe că nu din pricina bunătății, dreptății și iubirii lui le-a dobândit pe acestea, ci din milostivirea, din darul, din iubirea lui Dumnezeu pentru noi, iar toate câte le are le are prin El, în El și de la El, nemândrindu-se și neîncercând să agonisească ceva pentru calitatea lucrului în sine, ceva ce nu el deține, ci Altceva deține, iar acel Cineva i le dăruiește, căci numai El este prin Sine bun, un Bun Care Se dăruiește.

⁶¹⁵ Cel ajuns la treapta argatului, care este muncit de gândul mândriei, de vreme ce știe că pentru nevoințele asumate trebuie să primească plata, dar o plată înțeleasă într-un mod juridic, patronat de dreptate și nu de iubire, iubire ce se dăruiește pe sine, iubire ce se smerește, iubire ce se dăruiește pentru a fi dăruită mai departe și nu una ce trebuie ținută ca pe o proprietate individuală, sterilă.

⁶¹⁶ *Filocalia*, vol. V, Editura și Tipografia Institutului Biblic și de Misiune Ortodoxă, București, 1976, p.199.

⁶¹⁷ *Ibidem*.

⁶¹⁸ Cf. *Filocalia*, vol. II, *op. cit.*, p.78: „Cel ce iubește cu adevărat pe Dumnezeu, acela se și roagă cu totul neîmprăștiat. Și cel ce se roagă cu totul neîmprăștiat, acela și iubește pe Dumnezeu cu adevărat. Nu se roagă însă neîmprăștiat cel ce-și are mintea pironită de ceva din cele pământești. Așadar nu iubește pe Dumnezeu cel ce are mintea legată de ceva din cele pământești”.

făptuirea, de alta cei ce se îndeletnicesc cu contemplația ⁶¹⁹. Cea dintâi se naște în suflet din frica lui Dumnezeu și din nădejdea cea bună ⁶²⁰; cea de a doua din dragostea dumnezeiască și din curăția cea mai deplină. Semnele prin care cunoaștem că am ajuns la măsura celei dintâi le avem în aceea că mintea se adună din toate ideile lumii și își face rugăciunea neîmprăștiată și nesupărată de parcă Însuși Dumnezeu ar fi în fața ei, precum și este. Iar semnele celei de a doua stau în aceea că mintea este răpită în avântul rugăciunii de lumina dumnezeiască și nemărginită, și nu se mai simte nici pe sine nici altceva din cele ce sunt, decât numai pe Cel ce lucrează în ea prin dragoste această iluminare” ⁶²¹.

Această frică a lui Dumnezeu este un dar al Lui pentru noi, este „urmarea luminării duhovnicești a omului” ⁶²² de către „harul nestricat al dragostei” divine, ⁶²³ iar cei ajunși în „treapta fiului” ⁶²⁴, care „nu de teamă și nu ispitit de răsplată, ci numai din sentimentul bunătății îndeplinește toate cele bune” ⁶²⁵, vor stăruî în acea dragoste veșnică împreună cu sfiata sfințeniei, a cinstei, a iubirii: „Când spunem că ne temem de Dumnezeu, de fapt îl respectăm, îl cinștim, îl iubim cu o dragoste care nu crează o familiaritate excesivă ce ar înlătura respectul” ⁶²⁶.

Părintele Cheremon face una din cele mai frumoase descrieri ale acestei stări ale iubirii desăvârșite (starea fiilor), pe cât îi este omului cu puțință a înțelege, precum și a fricii de Dumnezeu sub cele două forme, folosind pentru evidențiere și texte din Sfânta Scriptură,

⁶¹⁹ Este vorba despre o împărțire a urcușului duhovnicesc, în două trepte (pe prima și pe a treia): treapta activilor, „cei ce se îndeletnicesc bărbătește cu înțelepciunea lucrătoare (filosofia practică)”, cei practici, și a doua treaptă, cei contemplativi, „cei care s-au învrednicit în chip tainic de cunoașterea contemplativă a lui Dumnezeu (teologia contemplativă, teologia tainică)”. (*Filocalia*, vol. III, *op. cit.*, p.58.)

⁶²⁰ Prin faptul că aduce în discuție nădejdea, este clar că este vorba despre acea treaptă a nădejzii, a argatului, a fricii de Dumnezeu - nedesăvârșită încă în dragostea dumnezeiască - fapt ce se vede din cele ce urmează a fi relatate.

⁶²¹ *Filocalia*, vol. II, *op. cit.*, pp.79-80.

⁶²² Arhim. Sofronie Saharov, *Vom vedea pe Dumnezeu precum este*, Editura Sophia, București & Editura Reîntregirea, Alba Iulia, 2006, p.21.

⁶²³ Sfântul Ioan Casian, *Convorbiri duhovnicești*, *op. cit.*, p.274.

⁶²⁴ *Filocalia*, vol. V, *op. cit.*, p.200.

⁶²⁵ Sfântul Ioan Casian, *Convorbiri duhovnicești*, *op. cit.*, p. 273.

⁶²⁶ Arhim. Spiridonos Logothetis, *Deprimarea și tămăduirea ei în învățătura Bisericii*, *op. cit.*, p.89.

descriere ce o vom prezenta în continuare: „Cel ce va fi întărit în *desăvârșirea dragostei* ⁶²⁷ acesteia, trebuie să se ridice pe o treaptă mai înaltă, și anume la acea sublimă teamă a dragostei, pe care nu o zămislește nici frica de pedeapsă, nici dorința de răsplată, ci măreția iubirii, prin care fiul îl respectă pe prea îngăduitorul său tată, sau fratele pe frate, sau prietenul pe prieten, sau soția pe soț, cu sentiment deplin, de vreme ce acesta nu de cearta și de bătaia lui se teme, ci să nu se stingă cumva iubirea, sentiment pornit dintr-un devotament întotdeauna curat, manifestat nu numai în vorbe, ci și în toate faptele, cu grija ca nu cumva să se veștejească floarea dragostei lui. Măreția acestui fel de teamă a exprimat-o în chip frumos unul dintre proroci: <<*Bogățiile mântuirii*, a spus el, *sunt înțelepciunea și știința; teama de Dumnezeu îi este comoara*>> ⁶²⁸.

N-a putut să exprime mai limpede demnitatea și meritul acestei temeri decât spunând că bogăția mântuirii noastre, care constă în adevărata înțelepciune și cunoaștere a lui Dumnezeu, poate fi păstrată numai prin teama de Domnul. La această teamă, așadar, sunt poftiți nu păcătoșii, ci sfinții, precum spune în cuvinte profetice psalmistul: <<Temeți-vă de Dumnezeu toți sfinții Lui, fiindcă nimic nu le lipsește celor ce se tem de El>> ⁶²⁹. Este sigur că nimic nu îi lipsește celui ce se teme de Dumnezeu cu această teamă (teamă lui Dumnezeu). Desigur că Apostolul Ioan despre această teamă de pedeapsă vorbește: <<Cine se teme nu este desăvârșit în dragoste, fiindcă teama merge alături cu pedeapsa>> ⁶³⁰. Așadar este mare distanță între această teamă căreia nu-i lipsește nimic, care este comoară a înțelepciunii și a științei, și cea nedesăvârșită, care se numește <<începutul înțelepciunii>> ⁶³¹ și care, cuprinzând în ea pedeapsă, este alungată din inimile celor desăvârșiți prin ivirea dragostei divine. <<În dragoste nu este teamă, căci

⁶²⁷ Dragostea în care este încredere deplină și bucurie veșnică, cea prin și în care se ajunge la „primirea prin înfiere între fii Lui, făcându-i oarecum din desăvârșiți mai desăvârșiți”. (Sfântul Ioan Casian, *Convorbiri duhovnicești*, op. cit., p.282)

⁶²⁸ Isaia 33, 6.

⁶²⁹ Ps. 33, 9.

⁶³⁰ 1 Ioan 4, 18.

⁶³¹ Ps. 110, 10; Pilde 1, 7; 9, 10.

dragostea alungă teama>> ⁶³². Într-adevăr, dacă teama este începutul înțelepciunii care, va fi desăvârșirea ei, atunci dragostea în Hristos, care cuprinde în ea acea teamă a dragostei desăvârșite, nu se mai numește începutul, ci comoara înțelepciunii și a științei. Și de aceea teama are două trepte: una este a începătorilor, adică a acelor care sunt încă sub jugul și groaza robiei, despre care se zice: <<Robul se va teme de stăpânul său>> ⁶³³, și în Evanghelie: <<De acum nu vă mai spun slugi, fiindcă sluga nu știe ce face stăpânul său>> ⁶³⁴. Și de aceea <<sluga nu rămâne pentru totdeauna în casă, dar fiul rămâne pentru totdeauna>> ⁶³⁵. Căci ne poartă să trecem de la acea teamă care conține în ea pedeapsă, la deplina libertate a dragostei și la încrederea în prietenii și fiii lui Dumnezeu. În sfârșit, Apostolul, care de la acea treaptă a fricii pe care o are robul trecuse de curând prin virtute la treapta dragostei de Domnul, disprețuind bunurile inferioare, mărturisește că l-a îmbogățit Domnul cu bunuri superioare. <<Căci nu ne-a dat Dumnezeu, zice el, duhul fricii, ci al puterii și al dragostei și al înțelepciunii>> ⁶³⁶. Chiar și pe aceia care ardeau de dragoste pentru Tatăl ceresc și pe care înfierea dumnezeiască îi făcuse din robi fii, îi îndeamnă cu aceste cuvinte: <<Nu ați primit din nou un duh al robiei, spre temere, ci ați primit Duhul înfierii, prin care strigăm: Avva! Părinte!>> ⁶³⁷. Despre această teamă vorbește Prorocul, când spune că Duhul Sfânt S-a coborât în șapte forme asupra Omului - Dumnezeu, la nașterea Sa în trup. <<Se va odihni, spune el, asupra Sa Duhul Domnului: duhul înțelepciunii, duhul înțelegerii, duhul sfatului și al tăriei, duhul cunoștinței și al bunei-credințe>> ⁶³⁸, adăugând ca pe ceva de căpetenie: <<și-L va umple duhul temerii de Domnul>> ⁶³⁹. În aceste cuvinte din urmă mai întâi trebuie să observăm cu mare atenție că n-a zis: <<Și se va odihni asupra Lui duhul temerii de Domnul>> ,

⁶³² 1 Ioan 4, 18.

⁶³³ Maleahi 1, 6.

⁶³⁴ Ioan 15, 15.

⁶³⁵ Ioan 8, 35.

⁶³⁶ 2 Timotei 1, 7.

⁶³⁷ Romani 8, 15.

⁶³⁸ Isaia 11, 2.

⁶³⁹ Isaia 11, 3.

cum spusese despre celelalte, ci: <<Îl va umple duhul temerii de Domnul>>. Atât de mare este puterea virtuții sale, încât celui pe care l-a stăpânit odată pentru virtutea sa, îi ocupă nu o parte, ci toată mintea sa. Și pe bună dreptate, fiindcă pe cel care nu se desparte niciodată de dragostea Lui, această dragoste nu numai că-l umple, dar chiar îl stăpânește fără întrerupere și pentru totdeauna ⁶⁴⁰, fără vreo micșorare din cauza plăcerilor și bunurilor vremelnice, cum se întâmplă uneori cu acea temere care este alungată ⁶⁴¹. Aceasta este așadar *teama desăvârșirii*, de care se spune că a fost umplut Omul Dumnezeu, Care venise nu numai pentru a răscumpăra neamul omenesc, dar chiar pentru a-i oferi o formă de desăvârșire și pildă de virtuți” ⁶⁴².

Înțelegem dar, că această teamă este a celor desăvârșiți, a celor curățați, a celor ce au ajuns la nepătimire, a celor ce-L iubesc pe Dumnezeu în adevăr, teamă ce nu piere, teamă ce este veșnică, fiind unită cu veșnica iubire divină, teamă ce atrage sufletul credinciosului, prin razele ei înspre starea deplinătății, înspre „desăvârșirea sfințeniei” ⁶⁴³, de vreme ce ea este unită cu dragostea divină, cu Dumnezeiescul Duh. Iar dacă frica de Dumnezeu ne călăuzește către Împărăția lui Dumnezeu, *la* Împărăția lui Dumnezeu, frica lui Dumnezeu - menținându-și însușirea pedagogică de a împiedica căderea prin greșeală ⁶⁴⁴, redând totodată un echilibru duhovnicesc, dar cu o altă sublimitate - ne povățuiește *în* Împărăția lui Dumnezeu, simțind-o de data aceasta prin prisma nepătimirii, a stării noi, *a stării bărbatului desăvârșit, a măsurii vârstei deplinătății lui Hristos* ⁶⁴⁵. Iar noi toți, trebuie să ne ridicăm la această treaptă a fricii lui Dumnezeu, „la frica fiului, care este cea mai nobilă treaptă a fricii de Dumnezeu” ⁶⁴⁶. Dar pentru a ajunge la starea iubirii depline, la starea fiului, la frica lui

⁶⁴⁰ Cf. 1 Corinteni 13, 8.

⁶⁴¹ Frica de Dumnezeu.

⁶⁴² Sfântul Ioan Casian, *Convorbiri duhovnicești*, op. cit., pp.283-285.

⁶⁴³ 2 Corinteni 7, 1: „...să ne curățim pe noi de toată întinarea trupului și a duhului, *desăvârșind sfințenia în frica lui Dumnezeu*”. Cf. *Noul Testament din 1857*, op. cit.: „... *făcând sfințenie întru frica lui Dumnezeu*”.

⁶⁴⁴ Cf. Ieșire 20, 20: „... pentru ca frica Lui să fie în voi, ca să nu greșiți”.

⁶⁴⁵ Cf. Efeseni 4, 13.

⁶⁴⁶ Părintele Efrem Athonitul, *Despre credință și mântuire*, op. cit., p.63.

Dumnezeu, trebuie să avem întâi acea frică a începătorilor, frica *de* Dumnezeu: „Ci totuși e cu neputință a atinge frica desăvârșită altfel decât prin cea începătoare” (Avva Dorotei) ⁶⁴⁷, căci „fără frica premergătoare nu există iubire” ⁶⁴⁸, iubire întru care se manifestă temerea cea sfântă, frica lui Dumnezeu. Precum zice și Sfântul Isaac Sirul: „dragostei îi premerge (...) frica. Tot cel ce zice cu nerușinare că se pot câștiga cele din urmă înainte de lucrarea celor dintâi a pus în sufletul său cea dintâi temelie a pierzării. Căci aceasta este calea Domnului: cele din urmă se nasc din cele dintâi” ⁶⁴⁹.

Cu alte cuvinte, nevoitorul trebuie să pună în practică această temere de Dumnezeu, temere începătoare, „umblând în frica de Domnul” ⁶⁵⁰ și devenind astfel „temător de Dumnezeu” ⁶⁵¹, „lucru cuvenit fiecărui om” ⁶⁵², pentru a fi capabili de a primi frica lui Dumnezeu, frică proprie „Sfinților desăvârșiți ce au ajuns la măsura dragostei” (Avva Dorotei) ⁶⁵³, și, deci, pentru a fi capabili de a-L contempla pe Dumnezeu.

⁶⁴⁷ Sfântul Ignatie Briancianinov, *Aripi duhovnicești pentru cei osteniți și împovărați. Experiențe ascetice*, vol.III, *op. cit.*, p.77.

⁶⁴⁸ Teoclit Dionisiatul, *Tâlcuiri la Filocalie*, vol. II, *op. cit.*, p.46. Cf. *Filocalia*, vol. I, *op. cit.*, p.340: „Nimenia nu poate să iubească pe Dumnezeu *din toată inima*, dacă nu se va teme de El mai întâi întru simțirea inimii. Căci numai curățindu-se și înmuindu-se sufletul prin înrâurirea temerii, vine la dragoste lucrătoare”. (Sfântul Diadoh al Foticeii)

⁶⁴⁹ Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, *op. cit.*, pp.549-550.

⁶⁵⁰ F.A. 9, 31.

⁶⁵¹ F.A. 10, 2. Despre a fi „temător de Dumnezeu”, iată ce ne spune preotul Ioan Mircea, în *Dicționar al Noului Testament*, *op. cit.*, p.427: „Prozeliții circumciși și care observau toate ale Legii mozaice se numeau <<prozeliții dreptății>> sau și <<fiii legământului>>. Era însă și o a doua categorie de prozeliți, așa-numiții <<prozeliți ai porții>>, care însă nu primeau tăierea împrejur și nici nu observau toată Legea. Aceștia se găsesc în Noul Testament sub numele de <<temători de Dumnezeu>> (F.A. 13, 43) cum se pare că era și Corneliu sutașul (F.A. 10, 1-2). <<Temătorii de Dumnezeu>> erau obligați să observe numai șapte porunci, numite <<nohaice>> sau ale lui Noe: 1) ferirea de idolatrie; 2) evitarea hulirii lui Dumnezeu; 3) ferirea de incest; 4) de furt; 5) de omor; 6) cinstirea utorităților prin supunere; 7) neconsumarea hranei cu sânge”.

⁶⁵² Ecclesiastul 12, 13. „...căci aceasta este omul în întregime” (S4/I), literal , „tot omul”, interpretat ca „omenire, umanitate”, rezultând de aici că omul este (așa ar trebui să fie) un răspuns potrivit întrebării divine. Tot despre Ecc. 12, 13 Teodor al Edesei, în *Filocalia*, vol.IV, *op. cit.*, pp.251-252, afirmă că: „Nu e vorba de frica începătoare, cea din pricina pedepselor, ci de cea desăvârșită și desăvârșitoare, pe care suntem datori să o avem, pentru dragostea Celui ce a poruncit”. Ce-i drept, o părere ce nu se potrivește tonului juridic ce reiese din cuprinsul Ecclesiastului.

⁶⁵³ Sfântul Ignatie Briancianinov, *Aripi duhovnicești pentru cei osteniți și împovărați. Experiențe ascetice*, vol.III, *op. cit.*, p.76.

Astfel că, celor *practici* „ce se îndeletnicesc cu înțelepciunea lucrătoare (filosofia practică)”⁶⁵⁴ le este proprie frica de Dumnezeu, iar celor *contemplativi*, „cu mintea curată, făcută chip al frumuseții dumnezeiești prin imitarea aceleia”⁶⁵⁵, le este firească frica lui Dumnezeu, ca unii care prin temerea începătoare s-au făcut apți pentru a cere și primi pe cea desăvârșită.

În continuare vom enumera motivele apariției fricii de Dumnezeu, teamă necesară urcușului duhovnicesc și primirii conștiente a temerii lui Dumnezeu.

2.4. Cauzele fricii de Dumnezeu

Elementul principal necesar dobândirii fricii de Dumnezeu este *credința*, credință primită la dumnezeiescul botez prin harul lui Hristos, credință ce naște *frica credinței* - prin care vine păzirea poruncilor și răbdarea ispitelor - adică frica de Dumnezeu⁶⁵⁶. Și este normal să fie așa, căci pentru a putea să-ți fie frică de Dumnezeu, trebuie să crezi mai întâi în El⁶⁵⁷. Dar pentru a ajunge la credința în Dumnezeu, este nevoie de o conștientizare a stării noastre pătimase, conștientizare ce apare tot ca o lucrare a harului divin întru noi, aceasta fiind o primă luminare dumnezeiască, un început, o chemare din partea lui Dumnezeu înspre o mai bună relație între Dumnezeu-Absolutul și omul-făptura; iar de vom urma calea indicată de această lumină din „Lumina cea adevărată”⁶⁵⁸ vom ajunge și la o credință

⁶⁵⁴ *Filocalia*, vol. III, *op. cit.*, p.58.

⁶⁵⁵ *Ibidem*.

⁶⁵⁶ *Filocalia*, vol. V, *op. cit.*, p.193.

⁶⁵⁷ Preot Profesor Dr. Acad. Dumitru Stăniloae, *Ascetica și mistica ortodoxă*, vol. I, *op. cit.*, p.124. Cf. Sfântul Simeon Noul Teolog, *Filocalia*, vol. VI, *op. cit.*, p.18: „Cel ce nu se teme de Domnul nu crede că există Dumnezeu (Ps. 13, 1). Dar cel ce crede că există se teme de El”. Cf. Sfântul Maxim Mărturisitorul, *Filocalia*, vol. II, *op. cit.*, p.61: „Frica (e născută) de credința în Domnul”.

⁶⁵⁸ Cf. Ioan 1, 9. Cf. Ioan 12, 46: „Eu, Lumină am venit în lume, pentru ca tot cel ce crede în Mine să nu rămână în întuneric”. Astfel se evidențiază însușirea lui Dumnezeu în această relație personală dintre El și om. Dacă El nu ne-ar lumina, nu am putea să-L aflăm, să-L urmăm și să ne luminăm ulterior.

statornică întru care putem împlini poruncile Lui: „Teme-te de Dumnezeu și păzește poruncile Lui!” ⁶⁵⁹ De aceea frica de Dumnezeu este legată de lucrarea poruncilor Lui, căci „curățindu-se și înmuindu-se sufletul prin înrâurirea temerii” ⁶⁶⁰, și venind prin ea la pocăință ⁶⁶¹, vom putea păzi și supraveghea lucrarea virtuților ⁶⁶², virtuți posibile doar prin împlinirea voii Lui, cuprinsă în poruncile Sale ⁶⁶³, iar „porunca Lui este viața veșnică” ⁶⁶⁴, viață posibilă doar din iubire; iar prin și în împlinirea poruncilor se ajunge la iubire, la iubirea lui Dumnezeu, la Dumnezeu ⁶⁶⁵, Acesta sălășluindu-Se în cel ce-L iubește, în cel care prin împlinirea poruncilor, toate cuprinse în iubire ⁶⁶⁶, a ajuns la realizarea modului de a exista a lui Dumnezeu, în el însuși, căci împlinind porunca evanghelică (iubirea) și-a însușit morala chenotică, morala dumnezeiască a celui de-al doilea Adam ⁶⁶⁷, Iisus Hristos, și prin înfăptuirea vieții Lui, a ajuns la integrarea lui în însăși viața Sfintei Treimi, Dumnezeirea. Iar împlinirea poruncilor evanghelice este insuflată de către frica de Dumnezeu ⁶⁶⁸; sau cum ar spune Sfântul Grigorie de Nazianz (Teologul): „unde există frica lui Dumnezeu ⁶⁶⁹, acolo există și ținerea poruncilor lui Dumnezeu” ⁶⁷⁰.

Dar pentru a ne întări în credință este nevoie de o despărțire treptată de cele ale lumii și de plăcerile rezultate din iubirea de sine (*philautia*). Astfel că, *dezlipirea de lume și negrija duhovnicească față de cele pământești*, constituie un alt element determinant al fricii de Dumnezeu, iar *dezlipirea deplină* de cele pământești - ajungerea la

⁶⁵⁹ Ecclesiastul, 12, 13.

⁶⁶⁰ *Filocalia*, vol. I, *op. cit.*, p.340.

⁶⁶¹ *Filocalia*, vol. V, *op. cit.*, p.199.

⁶⁶² *Filocalia*, vol. I, *op. cit.*, p.394.

⁶⁶³ Cf. Sfântul Marcu Ascetul, *Filocalia*, vol. I, *op. cit.*, p.247: „Domnul e ascuns în poruncile Sale. Și cei ce-L caută pe El, îl găsesc pe măsura împlinirii lor”.

⁶⁶⁴ Ioan 12, 50.

⁶⁶⁵ Ioan 14, 15, 21, 23.

⁶⁶⁶ Romani 13, 10; Matei 22, 37-40.

⁶⁶⁷ Christos Yannaras, *Libertatea moralei*, *op. cit.*, p.53.

⁶⁶⁸ Sfântul Ignatie Briancianinov, *Aripi duhovnicești pentru cei osteniți și împovărați. Experiențe ascetice*, vol.III, *op. cit.*, p.79. Cf. Sfântului Ioan Scărarul, *Scara Raiului*, *op. cit.*, p.263: „teama naște păzirea poruncilor, adică a celor cerești ca și a celor pământești”.

⁶⁶⁹ Frica de Dumnezeu.

⁶⁷⁰ Arhim. Spiridonos Logothetis, *Deprimarea și tămăduirea ei în învățătura Bisericii*, *op. cit.*, p.90.

starea *apathiei* proprie celor desăvârșiți - aduce sufletul nevoitorului la frica lui Dumnezeu, la frica desăvârșită ⁶⁷¹. Iar Sfântul Diadoh al Foticeii explică foarte clar că, premisa fricii de Dumnezeu o constituie oprirea de la grijile și plăcerile lumești: „Dar nu va veni cineva la temerea de Dumnezeu (...), dacă nu va părăsi toate grijile lumești ⁶⁷². Căci numai când ajunge mintea la liniște multă ⁶⁷³ și la negrijă, o strâmtorează frica de Dumnezeu” ⁶⁷⁴.

O altă pricină a fricii de Dumnezeu este *aducerea-aminte de moarte* ⁶⁷⁵ și *de cele viitoare*: „Părinții au zis că frica de Dumnezeu se câștigă din aducerea-aminte de moarte și de muncile viitoare” ⁶⁷⁶ (Avva Dorotei), frica de Dumnezeu fiind astfel nedezipită de gândul la judecata din urmă, și la chinurile viitoare, „chinuri ale unei veșnice

⁶⁷¹ Cf. Isaia Pustnicul, *Filocalia*, vol. I, *op. cit.*, p.395: „Când se va elibera mintea, se va înlătura tot ce e la mijloc între ea și Dumnezeu. Când se va slobozi mintea de toată nădejdea din lumea văzută, să știi că acesta e semn că a murit în tine păcatul”, adică ai ajuns la nepătimire, la frica lui Dumnezeu.

⁶⁷² Dintre cei care cad pradă grijilor lumești fac parte și cei despre care Gabriel Liiceanu spune că „se tem mai mult de judecătorul de cartier decât de Judecătorul Suprem” (*Despre limită, op. cit.*, p.145). Sau aceia care, printr-o lipsă a înțelegerii realității se tem de urâtenia aparenței, sprijinindu-și analizele pe factorul *estetic* al lucrurilor, cuvintele lui Raskolnikov cântărind greu în acest sens: „Teama de estetică este primul indiciu al neputinței” (F.M. Dostoievski, *Crimă și pedeapsă*, vol.II, Editura Pentru Literatură, București, 1962, p.310), chiar dacă nu neapărat al neputinței de a vedea clar lucrurile, cel puțin al unei neputințe de a încerca să dobândească această *vedere*.

⁶⁷³ Mai presus de simpla delăsare față de grija lumească, se află isihia (liniștirea), cea mai de trebuință cale de suire spre „piscul filosofiei”, acea „știință a gândurilor și cugetare neîmprăștiată” (Sfântul Ioan Scărarul). Pentru mai multe detalii despre isihie (liniște) vezi *Scara Raiului, op. cit.*

⁶⁷⁴ *Filocalia*, vol. I, *op. cit.*, p.340.

⁶⁷⁵ Aceasta este o „formă a harului” ce imprimă „o anume stare a duhului nostru, cu totul deosebită de obișnuitul fapt de a ști că într-o zi vom muri (...). Fiind o putere ce se pogoară de sus, ea ne ridică și pe noi mai presus de patimile pământești, ne slobozește de stăpânirea și legătura pe care o au poftelile vremelnice asupra noastră și astfel, în chip firesc, ne face sfânt-trăitori. Pomenirea morții ne dă experiența nepătimirii, dar nu încă pe cea pozitivă, care se arată ca deplină putere a dragostei lui Dumnezeu; dar nici nu are un caracter curat-negativ, ca și cum ar fi ceva contrar dragostei, căci fie și într-o formă negativă, ea ne lipește strâns de Cel Veșnic. Ea curmă lucrarea patimilor, și prin aceasta pune început schimbării radicale a lucrării întregii noastre vieți și a caracterului înțelegerii tuturor lucrurilor. Însuși faptul că ea ne dă a ne trăi moartea ca sfârșit al întregii zidiri întărește Descoperirea dată nouă, că omul este chipul lui Dumnezeu și, ca atare, este în putere a cuprinde în sine și pe Dumnezeu, și cosmosul zidit. Iar aceasta este în același timp începutul concretizării în noi a principiului ipostatic. Experiența de care vorbim ne pregătește duhul spre o mai reală înțelegere a Descoperirii creștine și a teologiei, al cărei temei este experiența unei alte ființări” (Arhim. Sofronie Saharov, *Vom vedea pe Dumnezeu precum este, op. cit.*, pp.18-19). Despre amintirea morții vezi și *Scara Raiului, op. cit.*

⁶⁷⁶ Ieromonah Ioan Iaroslav, *Cum să ne mântuim*, vol. II, Editura credința strămoșească, Iași, p.515.

existențe neautentice, nedepline”, căci gândindu-se la moarte, văzută nu doar ca simplă treaptă biologică, ci și ca un „rău ce ne va apăsa existența la infinit”, omul ajunge la teama de Dumnezeu, „că nu moartea în sine sperie pe un credincios adevărat, ci judecata lui Dumnezeu, care urmează morții” ⁶⁷⁷. De aceea, asceza răsăriteană ne recomandă neîncetat să medităm la judecata din urmă, să medităm la moarte, căci astfel va spori în noi frica de Dumnezeu, prin care evităm păcatul ⁶⁷⁸. Iar acest gând la moarte, înțeles în adevăr, nu face altceva decât să apropie pe om de Dumnezeu, căci „frica și gândul la moarte nu sunt decât gândul la Dumnezeu ⁶⁷⁹, asociat cu conștiința păcatelor proprii și cu teama de judecată” ⁶⁸⁰. De fapt, gândul la moarte și la judecata viitoare este o primă treaptă a fricii de Dumnezeu, după cum am arătat până acum. Sfântul Simeon Noul Teolog descrie starea unui asemenea nevoitor care „își adună mintea sa și-și concentrează gândul și cugetarea numai la *pomenirea morții*, sporind astfel frica de Dumnezeu. „De aceea se gândește la judecată și la răsplată ⁶⁸¹ și e cu totul stăpânit de acestea, pătruns de o frică negrăită din pricina acestor gânduri și a cugetării la ele. Cel ce poartă în sânul său frica de judecată e ca un osândit legat în lanțuri pe scena acestei vieți. De aceea, arată ca unul ce e târât de frică ca de un călău ⁶⁸², și dus pe drumul spre moarte, negândind la altceva decât la chinul său și la durerea pe care va avea să o sufere din pedeapsa veșnică. Purtând în inimă acest gând, *frica ce e întreținută de el* nu-l lasă să se îngrijească

⁶⁷⁷ Preot Profesor Dr. Acad. Dumitru Stăniloae, *Ascetica și mistica ortodoxă*, vol. I, *op. cit.*, p.128.

⁶⁷⁸ *Ibidem*.

⁶⁷⁹ Cf. Sfântul Antonie cel Mare, *Filocalia*, vol. I, *op. cit.*, p.12: „Moartea, de o va avea omul în minte, nemurire este; iar neavând-o în minte, moarte îi este. Dar nu de moarte trebuie să ne temem, ci de pierderea sufletului, care este necunoștința de Dumnezeu. Aceasta este primejdioasă sufletului”. Cu alte cuvinte, nu de moartea biologică trebuie să ne temem, ci de cea sufletească - necunoașterea de Dumnezeu, și, implicit, nerealizarea voii Lui, nerealizarea vieții Lui în noi - care, dacă nu este oprită în această viață pământească, va dăinui și în vecie; iar cel ce conștientizează acestea, se teme de Dumnezeu și încearcă să înfăptuiască voia Lui.

⁶⁸⁰ Preot Profesor Dr. Acad. Dumitru Stăniloae, *Ascetica și mistica ortodoxă*, vol.I, *op. cit.*, p.129.

⁶⁸¹ Este vorba de răsplata pentru păcatele sale, deci de muncile veșnice, unul ca acesta neajungând la nădejde și la dorirea plății pentru faptele sale bune, lucru ce se va vedea, mai limpede, din cele ce urmează.

⁶⁸² Se vede clar că este vorba de frica cea începătoare, cea a robilor.

de nici un lucru din cele omenеști ⁶⁸³. Cel ce poartă în sine frica morții are silă de toată mîncarea, băutura și podoaba hainelor. El nu mănîncă pâinea și nu bea apa cu plăcere, ci împlinește trebuința trupului atît numai cît ajunge pentru a trăi” ⁶⁸⁴. Iar Sfântul Teofan Zăvorâtul adaugă: „Frica de Dumnezeu de nimic nu este susținută cu atîta putere ca de *pomenirea înfricoșatei judecăți*” ⁶⁸⁵. Iar duhului tristeții, născut din această pricină, nu trebuie să vă dedați. Ci trebuie

⁶⁸³ Cf. Înțelepciunea lui Isus Sirah 7, 38: „În tot ce faci adu-ți aminte de sfârșitul tău și nu vei păcătui niciodată”. Cf. Isihie Horevitul, *Scara Raiului*, op. cit., p.138: „Iertați-mă că nu vă pot spune altceva decît că nu va putea greși niciodată cel ce-și aduce aminte de moarte”, căci prin și în gândul acesta, nevoitorul se va folosi de cele ale lumii, cu discernămînt, satisfacîndu-și cerințele firești strict necesare vieții fără a aluneca spre păcat, urmînd astfel Dumnezeului-Om, Iisus Hristos.

⁶⁸⁴ *Filocalia*, vol. VI, op. cit., pp.64-65.

⁶⁸⁵ „Viața monahală este influențată de teama de Judecata de Apoi, de teama de a nu fi primit în cămara de nuntă, de teama de a fi găsit gol de orice faptă bună după ani de purtare a hainei monahale, de teama de întunericul ce cade asupra monahului osîndit sub ochii părinților și ai fraților care, ar vedea cum sunt chinuiți de către diavoli, monahii care au ajuns în iad. Toată această mentalitate apare foarte limpede în apoftegma 193 (avva Dioscor 23): (...) <<Ce întristare îl va cuprinde pe avva Antonie, pe avva Ammun Nitriotul, pe avva Pavel din Fotike, pe avva...și pe toți ceilalți dreți cînd vor fi primiți în împărăția cerurilor, în timp ce noi vom fi aruncați în întunericul cel din afară!>> Cea mai mare rușine care-l poate cuprinde pe un monah e să nu fie găsit adevărat monah în fața celor care au fost niște adevărați monahi. Frica de Dumnezeu și frica de osînda veșnică sunt strîns legate în această perspectivă eshatologică, așa cum au fost deja în creștinismul primar. Cînd ne temem de Dumnezeu, ne temem de Cel care poate arunca trupul și sufletul în gheenă” (K. Heussi, *Der Ursprung des Mönchtums*, p.193, apud Irénée Hausherr, *Teologia lacrimilor. Plînsul și străpungerea inimii la Părinții răsăriteni*, Editura Deisis, Sibiu, 2000, p.152). Această rușine față de „toți ceilalți dreți” evidențiază lipsa unei sfeli față de prezența lui Dumnezeu, și de asemenea, necesitatea unei raportări a „inculpaților” față de ceva palpabil și vizibil, și anume, față de adevărații nevoitori - cei plăcuți Domnului, urmînd ca acest sentiment să-l pună în legătură cu Dumnezeu, Cel ce le vede pe toate și pe toți. Trebuincioasă în acest sens este, după cum vom vedea, spovedania, cea prin și în care se vor elibera de povara păcatelor, călcînd prin rușinea față de duhovnic, eliberîndu-se pentru o vedere mai bună a lui Dumnezeu și o conștientizare acută a privirii Sale către noi, precum și a grijii Sale, transferînd astfel prima frică - cea față de aproapele, în sfera celei de-a doua frici - cea față de Dumnezeu. Prin urmare, faptul că unii oameni se tem mai mult de cei care sunt ca și ei (oameni) decît de Dumnezeu, duce la concluzia că aceștia sunt încă la începutul luptei de despătimire, această frică fiind de fapt o temere față de posibilitatea celorlalți oameni de a vedea conținutul real al ființei lor, conținut ce adesea este bine camuflat de formele aparențelor lor, revelînd astfel, că pentru aceștia, exteriorul, forma, falsa realitate sunt mult mai prețuite decît lăuntrul autentic. Aceștia sunt încă în ghiarele mândriei și ale dorinței de afirmare autonomă, lipsită de consimțămîntul față de ajutorul divin. Uneori, monahii pot trăi anumite tulburări anxioase generalizate, de vreme ce, prin *lipsa de somn și starea de neliniște „veghețoare”* se pot pune bazele fizice ale unui bun început de trezvie, corpul putînd fi astfel strunit pentru ajutarea sufletului, și viceversa. Dar marea și buna orînduire pornește și se menține prin paza minții, iar un om care mai lucrează încă cu corpul pentru a-și „lumina” mintea prezintă semnele caracteristice ale unui începător în ale despătimirii. Și de aici, prin proasta digerare a unor trăsături caracteristice vieții monahale, apare o lungă listă cu neghiobiile puerile săvârșite de către acei „nevoitori

numai să vă uitați bine în jur, și ceea ce pare neplăcut Domnului, îndată să îndepărtați și, dacă este nevoie, să curățiți prin pocăință” ⁶⁸⁶, și cum ar zice Sfântul Simeon Noul Teolog, ajutându-te și prin nădejde, căci „nădejdea izbăvirii face osteneala mai ușoară”, dar acest lucru „este mai folositor celui ce se căiește fierbinte” ⁶⁸⁷. Cu alte cuvinte, cel ce-și recunoaște starea propriei păcătoșenii și vrea și se străduiește să urmeze lui Hristos, primește nădejdea izbăvirii și poate continua mai departe urcușul pocăinței. Despre această *cunoaștere a propriei păcătoșenii și nimicnicii* relatează și Sfântul Ioan Scărarul, și găsește în această cunoaștere de sine, un echilibru, a cât de mult sau de puțin trebuie să ne temem pentru a nu cădea în extreme, în deznădejde sau în îndrăzneală (nefirească): „Cel care se cunoaște pe sine, știe cât trebuie să se teamă de Domnul” ⁶⁸⁸, iar cel ce călătorește cu acest gând

de oraș” - metocuri citadine, întruchipări ale anumitor mănăstiri, sau mitocani supraevaluați de către propriul lor solipsism -, false copii ale nevoitorilor autentici, ce absolutizează anumite particularități ale spiritualității creștin-monahale, pentru ca ulterior să se teamă de acestea ca de Dumnezeu. Tot aici putem include anumite tulburări obsesiv-compulsive pe care, unele persoane le pot avea, atât în cadrul lăcașului de cult, cât și în propriile lor cămine, sau, de ce nu, la serviciu, pe stradă etc. Aceste tulburări se exteriorizează prin diferite comportamente repetitive, spre exemplu: 1) subiecții își fac cruce de mai multe ori în fața unei icoane; 2) își fac cruce de un anumit număr de ori (să zicem, de trei ori) în fața unei anumite icoane și de un număr de ori (să zicem, de două ori sau tot de trei ori) în fața altei icoane; 3) chiar dacă în lăcașul de cult este foarte multă lume, subiecții, își fac loc prin mulțime - neținând cont de ceilalți oameni care, și așa stau înghesuiți - pentru a ajunge să se închine la ambele icoane puse (de obicei, cea a Născătoarei de Dumnezeu și cea a Mântuitorului) la închinare la o anumită distanță în fața catapetesmei, neatenuându-și tensiunea psihică decât în urma închinării și în fața icoanelor de pe catapeteasmă (de obicei, cele două icoane ce sunt așezate de o parte și de cealaltă a ușilor împărătești, care, de cele mai multe ori înfățișează aceleași personaje biblice, Născătoarea de Dumnezeu și Mântuitorul), aceste închinăciuni fiind dublate, uneori, și de un anumit număr de mățanii, fie mari, fie mici; 4) semnului sfintei cruci i se adaugă și aplecarea capului persoanei cu pricina, și lipirea acestuia, cu fruntea, de icoana respectivă; 5) subiecții sărută ușile de la intrare ale bisericii; 6) sărută anumite obiecte de cult (potire, veșminte preoțești etc.); 7) când trec pe lângă o biserică își fac cruce de un anumit număr de ori; 8) citirea unui anumit număr de rugăciuni; 9) aprinderea unui anumit număr de lumânări etc. Și lista poate continua. Chiar dacă aceste manifestări pot fi confundate cu unele obișnuite - părți constitutive ale vieții bisericești - sau, din potrivă, cu unele devieri de la învățătura Bisericii - obsesii și ritualuri pseudobisericești -, de cele mai multe ori bazate pe superstiții, uneori, ele dovedesc existența unei dispoziții patologice (în cazul nostru, o tulburare obsesiv-compulsivă) ce nu este conștientizată de persoanele în cauză și/sau de duhovnicii acestora.

⁶⁸⁶ Sfântul Teofan Zăvorâtul, *Sfaturi înțelepte*, op. cit., p.463.

⁶⁸⁷ *Filocalia*, vol. VI, op. cit., p.65.

⁶⁸⁸ Știe cât să se teamă fiindcă Dumnezeu, văzându-i sinceritatea și râvna în a împlini voia Lui, îi dă nădejde și bucurie exact atunci când are nevoie de ele și îl „părăsește”, tot în momentele necesare urcușului său duhovnicesc, iar el conștientizând acest lucru îl caută pe Dumnezeu și Îi cere toate după voia Sa, iar Dumnezeu îi dă, iar el cunoaște din nou voia Lui și vrea să o îplinească.

ajunge la poarta iubirii”⁶⁸⁹. Dar legată de această cunoaștere de sine este și *cercetarea deasă a conștiinței* despre care Avva Dorotei spune că este tot o pricină a fricii de Dumnezeu: „Părinții au zis că frica de Dumnezeu se câștigă (...), din cercetarea în fiecare seară a felului cum ai petrecut ziua, și iarăși dimineața a felului cum ai petrecut noaptea”⁶⁹⁰. Iar această cercetare deasă a conștiinței poate avea ca efect o conștientizare a greșelilor, a alunecărilor proprii pe care le înfățișăm, în rugăciune, în fața lui Dumnezeu și Îi cerem iertare, dar ele trebuie și mărturisite în taina spovedaniei, aceasta fiind o treaptă necesară pocăinței, prin care, ca dar al lui Dumnezeu, vom primi iertarea. De aceea, *spovedania*, este un alt element trebuincios apariției și întreținerii fricii de Dumnezeu⁶⁹¹. De fapt, toate elementele constitutive urcușului duhovnicesc, necesare biruinței în acest război cu patimile, sunt indispensabile ivirii și menținerii fricii de Dumnezeu, care la rândul ei menține un echilibru duhovnicesc necesar, atât folosirii cu discernământ a darurilor primite, cât și întregii activități spirituale. În acest sens, Sfântul Teofan Zăvorâtul spune: „Din *totalitatea mișcărilor duhovnicești* provine frica de Dumnezeu, starea plină de evlavie înaintea lui Dumnezeu în inimă”⁶⁹². Acestea sunt paza și straja stării pline de har...”⁶⁹³.

De aceea, la unii Părinți vom găsi pe lângă un element indispensabil mântuirii, cum ar fi smerenia, și alte virtuți⁶⁹⁴ adiacente

⁶⁸⁹ Sfântul Ioan Scărarul, *Scara Raiului*, op. cit., p.222.

⁶⁹⁰ Ieromonah Ioan Iaroslav, *Cum să ne mântuim*, vol. II, op. cit., p.515.

⁶⁹¹ Cf. Arhim. Emilianos Simonopetritul, *Tâlcuiri la Filocalie, la Avva Isaia, Cuvinte ascetice*, vol. I, Editura Sfântul Nectarie, Arad, 2006, p.444: „Desigur, există multe modalități ca să dobândească cineva frica lui Dumnezeu, cum ar fi: isihia, fuga de tulburare, privegherea, alegerea împărăției în locul întunericului, a faptelor de dragoste, a *spovedaniei*, fie și în lipsa pocăinței. Toate aduc frica lui Dumnezeu”.

⁶⁹² Frica de Dumnezeu, dacă nu este înlăturată și este lăsată să lucreze, dă sufletului evlavie firească față de Dumnezeu păzind simțirile, dorințele, și bogățiile sufletești, ținându-le în frâu, lăsându-le să se manifeste doar cu discernământ, direcționându-le spre bine, spre Dumnezeu. Cf. Sfântul Teofan Zăvorâtul, *Sfaturi înțelepte*, op. cit., p.463: „Sădiți mai adânc în voi frica de Dumnezeu și ea, luând în mâini frânele conducerii omului vostru lăuntric, vă va îndrepta pe urmele Domnului pentru dobândirea slavei luminoase, făgăduite nouă (...)”.

⁶⁹³ Sfântul Teofan Zăvorâtul, *Sfaturi înțelepte*, op. cit., p.463.

⁶⁹⁴ „Nu cu cântări, tropare și glasuri, ci cu *rugăciunea cea cu inimă zdrobită* și cu *post*, prin care și frica lui Dumnezeu (de Dumnezeu) în inimă crește neconținut și plânsul se întărește, și de tot păcatul curățește pe om, iar mintea mai albă decât zăpada o face”. (Avva Siluan, *Patericul*, op. cit., p.218.)

acesteia, integrate în viața creștină: „Un frate l-a întrebat pe un Bătrân: <<Cum vine frica de Dumnezeu în suflet?>> Și i-a zis Bătrânul: <<Dacă omul alege *smerenia, neagoniseala* și *să nu judece pe alții*⁶⁹⁵ și dacă în *fiece lucru își cercetează sufletul*⁶⁹⁶, *încât să-și aducă aminte că îl va întâlni pe Dumnezeu*, atunci frica de Dumnezeu vine la el>>”⁶⁹⁷.

Iar acest „încât să-și aducă aminte că îl va întâlni pe Dumnezeu”, această conștientizare nu numai a faptului că îl va întâlni pe Dumnezeu la judecata personală și finală, ci și conștientizarea faptului că Dumnezeu este permanent de față cu tine și vede orice gest al minții și al corpului tău, acest lucru aduce cu sine frica de Dumnezeu după cum zice Sfântul Teofan Zăvorâtul: „Priviți ochiul lui Dumnezeu care este ațintit asupra inimii voastre și vede totul în ea... De aici vin frica plină de evlavie față de Dumnezeu, atenția față de sine, lepădarea tuturor gândurilor și simțămintelor rele⁶⁹⁸ și aflarea în trezvie”⁶⁹⁹.

Iată ce zice și arhimandritul Emilianos Simonopetritul tâlcuind din scrierile Sfântului Isaia Pustnicul: „Toate aduc frica lui Dumnezeu. Dar

⁶⁹⁵ „Dacă faci reproșuri fratelui tău, îl judeci sau îl întristezi, ți-ai pierdut pacea” (Cuviosul Siluan Athonitul, *Între iadul deznădejzii și iadul smereniei*, op. cit., p.205). Dar această pace, ce ți-o dă Dumnezeu (Ioan 14, 27), poate fi păstrată doar prin predarea noastră voii lui Dumnezeu, împlinind ceea ce El vrea ca noi să împlinim: „Dacă-ți tai voia proprie, vei izgoni pe vrăjmași, și vei dobândi pace în sufletul tău”(Ibidem, p.206). Dar voia lui Dumnezeu se dobândește tot prin frica de Dumnezeu, și la un alt nivel, prin frica lui Dumnezeu: „Celui ce-și taie voia sa pentru frica lui Dumnezeu, îi dăruiește Dumnezeu voia Lui (...)” (Sfântul Simeon Noul Teolog, *Filocalia*, vol. VI, op. cit., p.86).

⁶⁹⁶ Cercetarea deasă a conștiinței.

⁶⁹⁷ *Everghetinos*, op. cit., p.203.

⁶⁹⁸ Un lucru grăitor despre faptul că atunci când Dumnezeu dăruiește un bun nevoitorului pe calea pocăinței, cel ce lasă ca energia divină a acestui bun, ce a luat o anumită formă (în cazul nostru frica cu evlavie față de Dumnezeu) să lucreze firesc - nevoitorul lăsându-se astfel în ascultarea voii de Dumnezeu pentru a se putea realiza acest lucru -, va constata că acest bun acționează și pe alte planuri ale umanului, curățind și trezind la viață și alte simțuri duhovnicești, energizând duhul omului, lucru ce duce la concluzia că orice bun, orice virtute dobândită prin conlucrarea omului cu Dumnezeu, nu este altceva decât energia divină, harul dumnezeiesc ce lucrează într-o formă sau alta în om, în cel ce consimte acestei lucrări deopotrivă pedagogică și mântuitoare. Iar lăsând ca harul lui Dumnezeu să lucreze în tine, fie și în cel mai neînsemnat domeniu al activității sufletești, vei constata că acesta va lucra și în alte domenii, însănătoșind și alte elemente constitutive structurii rațional-sufletesc-corporale a omului. Căci prin acest har lucrează chiar Dumnezeuul-Persoană, și atât cât omul îi îngăduie să acționeze în el, atât și acționează, și cu cât îi îngăduie mai mult, cu atât mai mult se apropie de acea stare în care va putea spune ceea ce a spus și Sfântul Apostol Pavel: „... și nu eu mai trăiesc, ci Hristos trăiește în mine...” (Galateni 2, 20).

⁶⁹⁹ Sfântul Teofan Zăvorâtul, *Sfaturi înțelepte*, op. cit., p.462.

mai cu seamă viața cu plâns, cu seriozitate, cu echilibru, cu *simțirea prezenței lui Dumnezeu*. Așa cum ai sta în fața lui Dumnezeu dacă L-ai vedea, tot așa să stai în fiecă clipă. Așezarea ta înaintea Lui să fie statornică, nu felurită, nu schimbătoare, nu prefăcută. Când faci așa, voința ți se întărește încet-încet, se cultivă, iar frica lui Dumnezeu devine proprietatea ta permanentă, o constantă dispoziție și lucrare a voinței” ⁷⁰⁰. Iar Sfântul Isaia Pustnicul: „De se va semăna vreun gând urât în inima ta, (...) privește și împotrivește-te păcatului, ca nu cumva să te biruie. Sârguiește-te să-ți aduci aminte de Dumnezeu, gândind că îți poartă de grijă și că cele ce le grăiești întru inima ta sunt descoperite înaintea Lui. Zi deci sufletului tău: dacă te temi ca păcătoșii, cari-s ca și tine, să nu vadă păcatele tale, cu cât mai mult trebuie să te temi de Dumnezeu, Care ia aminte la toate? Iar din *sfătuirea aceasta cu tine însuși* vine în sufletul tău frica lui Dumnezeu” ⁷⁰¹. Și dacă rămâi în ea, rămâi neclintit de patimi (...)” ⁷⁰². Sfântul Ignatie Briancianinov afirmă și el de asemenea: „din simțirea prezenței lui Dumnezeu apare sfântul simțământ al fricii” ⁷⁰³.

Pe lângă acestea, frica de Dumnezeu mai poate fi zămisliță și din *întristare* ⁷⁰⁴, din *neîndrăznire* ⁷⁰⁵, adică din ceea ce constituie opusul patimii îndrăznirii, nerușinării, și mai poate fi dobândită și prin *locuirea împreună cu un om temător de Dumnezeu* ⁷⁰⁶. Acestora li se mai adaugă și *lacrimile* ⁷⁰⁷ după cum frumos spune și Sfântul Simeon Noul Teolog:

⁷⁰⁰ Emilianos Simonopetritul, *Tâlcuiri la Filocalie*, vol. I, *op. cit.*, p.444.

⁷⁰¹ Frica de Dumnezeu.

⁷⁰² *Filocalia*, vol. I, *op. cit.*, pp.400-401.

⁷⁰³ Sfântul Ignatie Briancianinov, *Aripi duhovnicești pentru cei osteniți și împovărați. Experiențe ascetice*, vol.III, *op. cit.*, p.71.

⁷⁰⁴ Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, *op. cit.*, p.552.

⁷⁰⁵ Ieromonah Ioan Iaroslav, *Cum să ne mântuim*, vol. II, *op. cit.*, p.515.

⁷⁰⁶ *Ibidem*: „Un frate a întrebat pe un bătrân: Ce voi face, părinte ca să mă tem de Dumnezeu? La care a răspuns bătrânul: Mergi de locuiește cu un om temător de Dumnezeu și acesta te va învăța”.

⁷⁰⁷ Cf. Sfântul Ioan Scărarul, *Scara Raiului*, *op. cit.*, p.146: „Lacrimile produse de gândul morții nasc teama; teama naște netemerea; netemerea naște bucuria; iar bucuria aceasta sfârșind - deși ea este fără de sfârșit - răsare floarea iubirii celei cuvioase”. Pentru a înțelege bine pasajele scrierilor sfinților părinți trebuie să nu uităm că fiecare virtute are gradația ei, iar prin urmare acel *plâns* al Sfântului Simeon Noul Teolog este unul propriu începătorilor, celor ce n-au ajuns la temerea de Dumnezeu, temere, care, în fragmentul de mai sus al Sfântului Ioan Scărarul, este identică cu *netemerea*, acea lipsă de frică pentru cele lumești, dar menținută în dialogul om-Creator, deci o frică binecuvântată, frica de Dumnezeu.

„Înainte de plâns și de lacrimi, nimeni să nu ne amăgească cu vorbe deșarte (Efeseni 5, 6), nici să nu ne amăgim pe noi înșine. Căci încă nu este în noi pocăință, nici adevărata părere de rău, nici frica de Dumnezeu în inimile noastre, nici nu ne-am învinovățit pe noi înșine, nici n-a ajuns sufletul nostru la simțirea judecății viitoare și a chinurilor veșnice” ⁷⁰⁸.

Pe lângă toate cele enumerate până acum trebuie să mai ținem cont și de faptul că frica lui Dumnezeu este o virtute, deci, un rezultat al conlucrării omului cu Dumnezeu, Dumnezeu Care îi dăruiește prin harul Său (sub o formă sau alta) omului, ceea ce are nevoie, nu atât ca răsplată ori ca rezultat al strădaniei lui, ci din mila Sa, din iubirea Sa atotputernică. Dar acest har, această energie divină ce poate lua diferite forme (aici, forma fricii de Dumnezeu) *trebuie cerută prin rugăciune*: „Frica de Dumnezeu este dar al lui Dumnezeu. Dar fiind, el trebuie cerut prin rugăciune” ⁷⁰⁹. La fel este de părere și Sfântul Teofan Zăvorâtul: „Frica de Dumnezeu este cetate de nădejde pentru creștinul adevărat. Trebuie să te rogi ca ea să vină și să umple inima” ⁷¹⁰. Și tot el adaugă: „Principalele roade ale rugăciunii nu sunt căldura și dulceața, ci frica de Dumnezeu și căința” ⁷¹¹.

Dar toate acestea trebuie încadrate în *pocăință* ⁷¹², în această dinamică a desăvârșirii, a asemănării cu Dumnezeu, întru aceasta cunoscând părerile de rău, hotărârile spre bine, mărturisirile și bucuriile iertării divine, toate pentru un scop nobil, îndumnezeirea, scop de neatins fără filtrul fricii de Dumnezeu.

⁷⁰⁸ *Filocalia*, vol. VI, *op. cit.*, p.67.

⁷⁰⁹ Sfântul Ignatie Briancianinov, *Aripi duhovnicești pentru cei osteniți și împovărați. Experiențe ascetice*, vol.III, *op. cit.*, p.71.

⁷¹⁰ Sfântul Teofan Zăvorâtul, *Răspunsuri la întrebări ale intelectualilor*, vol. I, *op. cit.*, p.199.

⁷¹¹ *Idem*, *Sfaturi înțelepte*, *op. cit.*, p.327.

⁷¹² Cf. Sfântul Ignatie Briancianinov, *Aripi duhovnicești pentru cei osteniți și împovărați. Experiențe ascetice*, vol.III, *op. cit.*, p.86: „În pocăință sunt împreunate toate poruncile lui Dumnezeu. Prin pocăință e adus creștinul mai întâi în frica de Dumnezeu, apoi în dragostea de Dumnezeu”.

2.5. Roadele fricii de Dumnezeu ⁷¹³

Pentru început trebuie să ținem cont de starea duhovnicească întru care se află cei ce nutresc o asemenea teamă, fie robi, fie argați cu nădejde, precum și de faptul că această teamă - dar al Lui Dumnezeu, este o formă a harului divin prin care Dumnezeu comunică cu noi, trăgându-ne dintr-o stare (oricare ar fi ea) spre o altă stare, superioară celei de la care ne-a chemat. S-a spus anterior, că fără credință nu putem vorbi sigur despre frica de Dumnezeu, căci doar prin credință, deci printr-o stare de conștientizare și ulterior de ancorare în Dumnezeul revelat, putem ajunge la o frică de Dumnezeu, care, înmulțindu-se, duce și la o direct proporțională întărire a credinței ⁷¹⁴. Este adevărat, dar nu trebuie să uităm că și credința este un dar al lui Dumnezeu și, pe măsură ce îi urmăm calea, Dumnezeu va fi cu atât mai deplin în noi, întărind-o, de fapt întărindu-Se (lăsat de noi) în noi, pornind de la credință (o altă formă a harului) și ajungând (dacă este lăsat) la dragoste, la starea întru care Dumnezeu se manifestă nestingherit de posibilele noastre alunecări, la starea harului divin. Căci însăși credința - o formă sub care se manifestă Dumnezeu în noi - nu este o stare fixă, standardizată, cu o natură ce nu are voie să se manifeste diferit în diferite persoane, ci dimpotrivă. De vreme ce Însuși Dumnezeul Personal, Cele Trei Persoane Divine, se manifestă sub această formă a harului (credință) în noi, nu putem face din credință un element comun, ca *formă*, tuturor oamenilor, Dumnezeu manifestându-Se în fiecare după trebuința lui, activându-i energiile lui personale prin care să se apropie de El. Prin urmare, în credința incipientă prin care omul se trezește și conștientizează starea lui păcătoasă și totodată Dumnezeul-Iubire (Principiul și Viața lui), în această credință nu este exclus ca Dumnezeu să imprime omului o frică

⁷¹³ Frica de Dumnezeu fiind proprie stării practice, poate fi într-un fel definită, și roadele ei enumerate și posibil înțelese, fiind sub nivelul stării duhovnicești proprii fricii lui Dumnezeu, stare ce depășește cu mult gândirea noastră limitată și încă împătimită. De aceea, în continuare vor fi prezentate roadele primei forme ale fricii de Dumnezeu.

⁷¹⁴ Preot Profesor Dr. Acad. Dumitru Stăniloae, *Ascetica și mistica ortodoxă*, vol.I, op. cit., p.124: „... ca să-ți fie frică de El, trebuie să crezi în El”.

față de El, dar sub o altă formă. Cu alte cuvinte, chiar dacă frica de Dumnezeu - temere virtuoasă, fie și sub forma ei începătoare (a robilor) - este o virtute și presupune o anumită sporire duhovnicească a celor ce o trăiesc (considerați într-un fel sporiți duhovnicește ori îmbunătățiți) și chiar dacă pentru apariția ei a fost nevoie de o curățire prealabilă a sufletului omului ⁷¹⁵, o „dezmeticire prin atenție” ⁷¹⁶, acest lucru nu înlătură posibilitatea manifestării unei temeri de Dumnezeu cu o intensitate mai mică, în chiar această dezmeticire și atenție, anterioară stării proprii prin excelență fricii de Dumnezeu. Iar această dezmeticire este un prim semn al credinței ce a lucrat în om, credință trezită și, prin urmare, manifestată (sub o anumită formă) datorită unui anumit mod de a Se manifesta al lui Dumnezeu. Dacă Dumnezeu va considera că temerea de El este un ingredient necesar renașterii credinței în cel ce s-a depărtat de El, acest fapt nu poate decât să ducă la concluzia pe care am mai redat-o, că orice virtute - chiar și în sensul de stare invariabilă și comună sub care se manifestă (după înțelegerea unora) - nu vine vreodată singură, ci ea este în relație și cu celelalte posibile manifestări ale altor virtuți. Căci virtutea apare acolo unde Dumnezeu propune și omul dispune, iar dacă va decide în favoarea hotărârii divine, va primi apelativul de virtuos, apropiindu-se tot mai mult de viața divină pe care vrea să și-o asume. Iar această hotărâre de a înfăptui propunerea lui Dumnezeu, este de fapt hotărârea de a-L lăsa să Se manifeste, să viețuiască în el. Iar Dumnezeu știe cum să se facă simțit pentru a-l atrage pe om spre El, uneori folosindu-se chiar de frică.

Iată ce scrie Sfântul Teofan Zăvorâtul: „*Rădăcina tuturor virtuților este frica plină de evlavie față de Dumnezeu, din care provin credința în Dumnezeu, lăsarea sinelui în voia lui Dumnezeu, nădejdea, lipirea de Dumnezeu, și sentimentul dragostei împreună cu uitarea a tot ceea ce este creat*” ⁷¹⁷. Chiar dacă la prima vedere pare să descrie temerea de Dumnezeu, deja instalată în cel ce crede, din acest fragment se pot

⁷¹⁵ Cf. Sfântul Diadoh al Foticeii, *Filocalia*, vol. I, *op. cit.*, p.341.

⁷¹⁶ Teoclit Dionisiatul, *Tâlcuiri la Filocalie*, vol. II, *op. cit.*, p.48.

⁷¹⁷ Sfântul Teofan Zăvorâtul, *Sfaturi înțelepte*, *op. cit.*, p. 462.

deduce și calitățile unei frici de Dumnezeu manifestată sub o altă formă mai puțin intensă și nu atât de clară, una (să zicem) improprie stării mai avansate în care se manifestă ceea ce s-a definit ca fiind frica de Dumnezeu. Pentru a limpezi imaginea unei asemenea frici (mai puțin intensă) anterioară fricii de Dumnezeu, dar de aceeași natură, propunem o prezentare a modului în care vede Părintele Stăniloae raportul frică-credință: „Progresând, credința devine frică de Dumnezeu. Pe de o parte, nu credința se naște din frica de Dumnezeu, ci frica, din credință. (...) Pe de alta, credința nu se poate dezvolta fără ca să treacă prin frică sau, poate, ajutată chiar de la început de frică. Credința nu este nici la început pur teoretică, ci are, prin frica ce o însoțește, un caracter existențial. O credință ce n-a ajuns la frică sau nu e însoțită de la început de frică, nu și-a câștigat o eficiență îndestulătoare ⁷¹⁸ pentru pornirea la fapte” ⁷¹⁹. Iar „pornirea la fapte” este o referire la *starea practică* întru care se manifestă temerea de Dumnezeu, înțelegând de aici că, frica despre care vorbește Părintele Dumitru Stăniloae este una anterioară acestei trepte, proprie celor „activi”, celor „practici”, este frica ce precede frica de Dumnezeu, cea începătoare.

Dar să revenim la frica de Dumnezeu care este o temelie și o condiție a duhovniceștii existențe, frică ce are numeroase efecte benefice pentru care Sfântul Ioan Hrisostom (†407) afirmă: „Aveți o

⁷¹⁸ Dar nu numai credința trebuie să pornească și să fie însoțită de frica de Dumnezeu, ci toate virtuțile, toate acțiunile întreprinse pe parcursul drumului despătimirii, toate laturile ce compun unitatea cugetătoare a sufletului (mânia, pofta, rațiunea), tot omul trebuie să înceapă să conlucreze în lumina cu discernământ a fricii de Dumnezeu, această frică putând să scoată la iveală virtuți fără forță (anterioare întâlnirii și unirii cu frica de Dumnezeu), intensificându-le, însă, prin contopirea cu acestea. De aceea, de multe ori, anumite lucrări duhovnicești par a fi născute din această frică. Astfel, ea poate fi privită, la început, ca o lumină a harului ce luminează omul în scopul revelării adevăratei sale existențe personale, și ulterior, cu cât omul se apropie de Dumnezeu (prin sinergia om-Dumnezeu), ea, înzdrăvenindu-l treptat, poate fi văzută ca o energie harică ce echilibrează, și deci, armonizează toate activitățile omului cu scopul atingerii nepătimirii, unirii depline cu El. De aici se poate înțelege cum unele virtuți-*roade* ale fricii de Dumnezeu, apar și ca virtuți-*cauze* ale fricii de Dumnezeu. De exemplu: dacă lacrimile produse de gândul morții nasc teama de Dumnezeu, frica de Dumnezeu ne ajută să ne scuturăm de diferitele feluri de lacrimi pentru a putea agonisi lacrimile curate și sincere ale gândului la moarte. (Sfântul Ioan Scărarul, *Scara Raiului*, op. cit., p.146, p.143.)

⁷¹⁹ Preot Profesor Dr. Acad. Dumitru Stăniloae, *Ascetica și mistica ortodoxă*, vol.I, op. cit., p.124.

comoară neprețuită, mai presus de toate bogățiile (...): frica de Dumnezeu”⁷²⁰. În primul rând, prin ea omul se desprinde și se obișnuiește în a se detașa de păcat, ferindu-se astfel de el⁷²¹. Că prin ea ne întoarcem de la patimi spre virtuți o spune clar Sfântul Casian Romanul: „Prin ea vine *începutul întoarcerii, curățirea de patimi și păzirea virtuților* în cei ce sunt povățuiți pe calea desăvârșirii”⁷²², tot prin ea putând dobândi „*omorârea tuturor poftelor și împătimirilor noastre trupești*”⁷²³. Prin urmare, ea îl *curăță pe om de tot păcatul și de toată patima*⁷²⁴, căci ea *ne silește să luptăm cu păcatul*⁷²⁵.

Iată ce scrie Sfântul Ioan Scărarul în acest sens: „Nu se teme atât de mult cel osândit de sentința care-i va fi dată, cât se teme cel care se roagă atunci când se înfățișează înaintea Domnului într-un îngenunchere. De aceea, cel înțelept și inteligent și nu numai, amintindu-și de aceasta, *poate să se îndepărteze de la orice defăimare, mânie, grijă,*

⁷²⁰ Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, op. cit., p.553. Cf. Sfântul Ioan Hrisostom, apud Arhim. Spiridon Logothetis, *Deprimarea și tămăduirea ei în învățătura Bisericii*, op. cit., p.89: „Frica de Dumnezeu este cel mai mare tezaur dintre toate bogățiile lumii”.

⁷²¹ Sfântul Ignatie Briancianinov, *Aripi duhovnicești pentru cei osteniți și împovărați. Experiențe ascetice*, vol.III, op. cit., p.70. Cf. Pilde 14, 27: „Frica de Dumnezeu este un izvor de viață, ca să putem scăpa de cursele morții”. (Vezi nota 398 din această lucrare). Pilde 8, 13: „Frica de Dumnezeu este urgisirea răului. Mândria și obrăznicia, calea răutății și gura cea aprigă le urăsc eu”. Pilde 8, 13 (S4/I): „frica de Domnul urăște nedreptatea, nemăsura, trufia și căile celor răi. Eu am urât căile sucite ale celor răi”. După traducerea din slavonă (sau rusă) prezentată în *Aripi duhovnicești pentru cei osteniți și împovărați. Experiențe ascetice*, vol. III, op. cit., p.70, ar fi: „Frica Domnului urăște nedreptatea și semeția și mândria și căile viclenilor, și gura cea necredincioasă o am urât eu”. Iar după traducerea din *Convorbiri duhovnicești*, op. cit., p.273, avem: „Teama de Domnul urăște răul”, înțelegând prin aceasta că ne face să ne ferim de rău. Pilde 23, 17-18: „Să nu râvnească inima ta la cei păcătoși, ci totdeauna să rămână la frica de Domnul, căci dacă o vei păzi pe ea, mai ai și tu un viitor și nădejdea ta nu se va pierde” (Biblia 2002). Pilde 23, 17-18 (S4/I): „Inima ta să nu-i invidieze pe păcătoși, ci fii cu frică de Domnul zi de zi. Căci dacă vei păzi toate acestea, vei avea urmași, iar nădejdea nu te va părăsi”. Prin „toate acestea” se înțeleg și cele afirmate anterior de către Solomon, nu doar „frica de Domnul” cum se poate înțelege din textul Bibliei din 2002.

⁷²² Sfântul Ignatie Briancianinov, *Aripi duhovnicești pentru cei osteniți și împovărați. Experiențe ascetice*, vol.III, op. cit., p.75.

⁷²³ *Ibidem*, p.76.

⁷²⁴ Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, op. cit., p.553. Cf. Sfântul Diadoh al Foticeii, *Filocalia*, vol. I, op. cit., p.348: „Pentru că celor ce se luptă, frica Domnului Iisus le dă un anumit fel de curăție”. Cf. Teoclit Dionisiatul, *Tâlcuiri la Filocalie*, vol. II, op. cit., pp.95-96: „Într-adevăr, frica de Domnul curăță, așa cum se învață de către toți Sfinții Părinți (...) prima, a robului (...) curăță”.

⁷²⁵ Sfântul Marcu Ascetul, *Filocalia*, vol. I, op. cit., p.270. Cf. Isaia Pustnicul, *Filocalia*, vol. I, op. cit., p.401: „... și dacă rămâi în ea (frica de Dumnezeu), rămâi neclintit de patimi”. Cf. Avva Dorotei, apud Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, op. cit., p.553: „negreșit unde nu este frică de Dumnezeu, acolo este toată patima”.

îndeletnicire, necaz, îmbuibare, ispită și gând" ⁷²⁶. Cuvântul Sfântului Ioan Scărarul are o bogată încărcătură semantică, astfel, din el putem deduce că, *prin frica de Dumnezeu, omul se poate feri de poftele trupești, de gândurile rele, precum și de grija și preocupările lumești*. Frica de Dumnezeu este cea care *taie ramurile faptelor rele* (Sfântul Isaia) ⁷²⁷. Ea apare astfel ca un „leac adevărat al vieții” ce muștră sufletul și îl curăță ⁷²⁸. Sfântul Grigorie Palama spune despre ea că este „începătoreala curățirii sufletului”, ce „scoate toată întinăciunea și-l netezește (...) făcându-l asemenea unei tăblițe gata să primească întipărirea harurilor Duhului” ⁷²⁹. Ea este cea care *poate să topească slava deșartă, iubirea de argint și plăcerea, pentru a lăsa facerea de bine nepătată* ⁷³⁰, tot ea fiind cea care *dă putere omului de a răbda necazurile* ⁷³¹. Tot ea este cea care *strămtorează mintea și o curăță „întru simțire multă de toată grosimea pământească* ⁷³² ca astfel *să o aducă la marea dragoste a bunătății lui Dumnezeu*” ⁷³³. „Frica de Dumnezeu ne ajută să ne eliberăm de războiul cu gândurile. Ea este unul din darurile pe care Dumnezeu i le face omului. Cel ce primește acest dar se luptă în fiecare ceas să nu facă nimic din cele ce nu sunt bineplăcute Domnului - sau mai bine zis, nu el se luptă, ci focul lui Dumnezeu topește în el orice gând care îl poate ataca” ⁷³⁴.

Sfântul Talasie spune în acest sens că precum se topește ceara de fața focului, așa *se topește și gândul necurat de frica de Dumnezeu* ⁷³⁵. Dar ea nu numai că înlătură gândurile rele, ci le și orânduiește pe cele bune, ținându-le cu grijă pentru a nu se întina: „În cei ce nu sunt povățuiți de temere, gândurile sunt în mare împrăștiere, ca oile care n-au păstor; dar când sunt călăuzite sau mânite din urmă de frică,

⁷²⁶ Sfântul Ioan Scărarul, *Scara Raiului*, op. cit., p.279. Tot despre ea Sfântul Ioan Scărarul spune că atunci când ea se înfige în străfundurile sufletului, atunci ea are putința de a curma și de a topi orice întinăciune. (*Scara Raiului*, op. cit., p.289.)

⁷²⁷ Arhim. Spiridonos Logothetis, *Deprimarea și tămăduirea ei în învățătura Bisericii*, op. cit., p.90.

⁷²⁸ Sfântul Diadoh al Foticeii, *Filocalia*, vol. I, op. cit., p. 341.

⁷²⁹ Jean-Claude Larchet, *Terapeutică bolilor spirituale*, op. cit., p.553.

⁷³⁰ Sfântul Marcu Ascetul, *Filocalia*, vol. I, op. cit., p. 262.

⁷³¹ *Ibidem*.

⁷³² Sfântul Diadoh al Foticeii, *Filocalia*, vol. I, op. cit., p.340.

⁷³³ *Ibidem*.

⁷³⁴ Mitropolit Hierotheos Vlachos, *Psihoterapia ortodoxă*, op. cit., p.265.

⁷³⁵ *Ibidem*.

gândurile se află în bună rânduială și înăuntrul ocolului”(Ilie Ecdicul)

736.

Sfântul Ioan Hrisostom are și el un cuvânt de spus în descrierea calităților binefăcătoare ale acestei temeri: „Acolo unde este frica, *poftele rele sunt împiedicate, dezlănțuirea patimilor alungate*; și după cum de casa care este întotdeauna păzită de soldați nu îndrăznesc să se apropie nici tâlharii, nici ucigașii, nici vreun alt răufăcător, tot așa atunci când frica stăpânește sufletul, nici o patimă necuvenită nu pătrunde în el, toate fug și dau înapoi alungate din toate părțile de puterea de nebiruit a fricii celei mântuitoare” ⁷³⁷.

Iar Sfântul Vasile cel Mare, spune că: „Frica *îndepărtează ispitele păcătoase* (...). Acolo unde se află frica de Dumnezeu, întinăciunea și murdăria patimii este ștearsă din cugetul nostru” ⁷³⁸. Iar dacă frica de Dumnezeu nu lasă gândurilor viclene să pătrundă în minte și ulterior în suflet, asta înseamnă că *ea este un paznic bun al tuturor simțurilor corpului nostru*, simțuri care, deși sunt foarte folositoare, pot fi și foarte periculoase dacă nu sunt strunite de această frică. Dar mai ales simțul văzului, căci ochii sunt pentru corp ceea ce mintea este pentru suflet, iar dacă din pricina privirii păcătoase corpul este atras înspre pofta irațională, și sufletul are de suferit din această pricină, căci patima se poate muta de la suflet la trup și invers. Din cauza „privirii blestemată”, Adam și Eva au pierdut desfătarea sfântă a raiului, gustând din „fructul oprit” și pe urmă din amărăciunea dezamăgirii. „Și care a fost începutul căderii primilor oameni, dacă nu faptul că au privit cu patimă frumusețea pomului oprit? Ochii nestruniți de frica lui Dumnezeu ⁷³⁹ și de amintirea iadului îi pricinuiesc omului nenumărate nenorociri. Vai ție, privire blestemată, privire curioasă, privire plină de dorință și de patimă! Câte rele aduci omului atunci când nu ești strunită de frica lui Dumnezeu (...)” ⁷⁴⁰.

⁷³⁶ *Ibidem*, pp.265-266.

⁷³⁷ Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, op. cit., p.554.

⁷³⁸ *Ibidem*.

⁷³⁹ Frica de Dumnezeu.

⁷⁴⁰ Ioan Lindul, Arhiepiscopul Mirelor, *Comoara pocăinței. Smerita interpretare a troparelor Marelui Canon al Sfântului Andrei Criteanul*, Editura Cartea Ortodoxă & Editura Egumenița, Galați, 2005, p.108, p.110.

Prin vedere, conștiința protopărinților a fost întinată, aceasta (vederea fructului dător de „libertate,” de *autoputere* și *autonomizare*)⁷⁴¹ constituind un canal prin care a pătruns în minte acea energie demonică ce le-a vestit primilor oameni autotelicitatea lor față de Dumnezeu, dar, implicit (și bine camuflată), și realitatea finalizării acestui lucru, *moartea*.

⁷⁴¹ Mai descoperim în fragmentele din cartea Facerii că Adam deținea o frică de Dumnezeu, o frică, pe care Adam o întreținea și prin faptul că asculta de Dumnezeu necălcând porunca de a nu mânca din pomul cunoștinței binelui și răului. Prin respectarea acestei porunci, precum și prin comuniunea sa cu Dumnezeu, Adam era întreținut sufletește de această frică. De aceea diavolul s-a bazat tocmai pe această poruncă, contrafacând spusele lui Dumnezeu și rostind perfida frază din Facere 3, 1: „Dumnezeu a zis El, oare, să nu mâncați roade din orice pom din rai?”, culminând cu propoziția din Facere 3, 4, plină de o falsă convingere neclintită: „Nu, nu veți muri”, precum și cu cele din Facere 3, 5: „Dar Dumnezeu știe că în ziua în care veți mânca din el vi se vor deschide ochii și veți fi ca Dumnezeu, cunoscând binele și răul”. Astfel că, eșecul existențial (neascultarea poruncii și, prin urmare, căderea în păcat) al primilor oameni a survenit dintr-un îndemn fundamentat pe lipsa unei temeri, unei sfinte temeri-temerea de Dumnezeu, pe care protopărinții noștri ar fi trebuit să o aibă. Subrezindu-se acest element de echilibru duhovnicesc, primii oameni au început să jinduiască acel fruct „eliberator”, respirând încetul cu încetul în acel eter luciferic al devenirii de sine printr-un sine ce respingea ajutorul divin. Dacă Adam ar fi avut într-adevăr această temere, vom fi nevoiți să ajungem (din nou) la contradicția dintre ieromonahul Teofan Mada (afirmația acestuia fiindu-i înrăuită de spusele unor Părinți Bisericești, afirmație cu care părintele Stăniloae, în alte lucrări, este de acord) și părintele Dumitru Stăniloae cu privire la trăsăturile patice ireproșabile și apariția lor, înainte de căderea protopărinților sau după ce aceasta a avut loc. Citez un pasaj din scrierile Sfântului Isaac Sirul, care, în dulcea lui nebunie scriitoricească afirmă: „La început ființele spirituale (îngerii), deși aveau înclinarea spre ea, nu cunoșteau răutatea care curgea în ele, dar pe când stăteau în picioare [înaintea Lui] credincioase, au vazut-o pe una din ele, căpetenia cetei, căzând pe neașteptate din slava în care era, și un mare număr din ele căzând împreună cu ea. Frică și cutremur au căzut peste ele, și erau acum mișcate de *spaima* (o frică nefirească, nota mea) care intrase și se sălășluisese în ele până într-acolo încât deznădăjduiau de ele însele pentru că gândeau că vor cădea toate, și în ele sălășluia *frica de Creator* (o frică firească, nota mea). Dar, atunci, Dumnezeu le-a făcut cunoscută măreția puterii Lui, și au știut că toate se vor scula la un semn din partea Lui. *Această teamă le-a făcut să dobândească o mai mare veghe*. Și începând de atunci, și mai încolo, deși vedeau înclinarea pe care o aveau în ele, și căderea care li s-a întâmplat de aici multora din ele, s-au liniștit, măcar că nu știau că va veni o vreme în care aveau să fie izbăvite” (Isaac Sirul, *Cuvinte către singuratici. Partea a doua, recent descoperită, op. cit.*, p.194.). Dacă îngerilor (care sunt minți pure, *noes*) li s-a dat o astfel de temere care „să îi liniștească”, de ce nu li s-ar fi dat și primilor oameni (ce-i drept, și într-o formă afectivă) înainte ca aceștia să cadă? De ce *frica primordială* ar fi fost o frică pur-intelectuală, nici măcar una intelectual-afectivă, ca să nu spunem pur-afectivă? Și ce înseamnă, de fapt, o frică rațională lipsită de afecte? „Un neurolog american, Antonio Damasio, a scris o carte în care arată că fiecare gând al nostru este înmuiaț în afectivitate, că în nici o hotărâre a noastră, nici în cele în care ne propunem să fim <<total lucizi>>, rațiunea nu este lăsată singură. Nu există <<rațiune pură>>, iar dacă rațiunea ar putea fi separată de magma ei afectivă (sau, dacă vreți, de <<peisajul>> corporalității sale, așa cum a încercat Descartes să facă), rezultatul ar fi că nici o hotărâre n-ar mai fi cu putință. Ba însăși rațiunea n-ar mai fi cu putință.

Prin frica de Dumnezeu se poate ajunge astfel, la *privirea cea dreaptă*, adică „să privești frumusețea creației, prin care să-L slăvești pe Dumnezeu Atotțiitorul” ⁷⁴². Ea devine astfel, „paznica noastră arătându-ne fiecare lucru de care trebuie să ne ferim” ⁷⁴³.

Frica de Dumnezeu este un medicament și împotriva uneia dintre cele mai năprasnice boli sufletești care-i macină mai ales pe isihăști, și anume *akidia* ⁷⁴⁴, precum și împotriva *uitării* și *negrijii* ⁷⁴⁵, *lipsei de*

[...] Încă din 1925, Heidegger <<descoperise>> un <<existențial>> (adică o cărămidă sau mai degrabă o piatră mai mare, care face parte din însăși temelia constituției umane) pe care l-a numit *Befindlichkeit* și căruia, pe românește, am putea să-i zicem <<situare afectivă>>, felul în care suntem <<dispuși>> emoțional. Termenul german e superb: el conține în același timp ideea amplasamentului (*sich finden*) și a felului în care te simți (*sich befinden*) fiind așezat unde ești. Te simți de fiecare dată altfel, în funcție de locul în care ești. Iar când <<locul>> în care suntem așezați este o lume în care nu știm nici cum am intrat și nici încotro o vom apuca odată ieșiți din ea, este firesc ca în ea să ne simțim cât se poate de straniu, de neînlargul nostru. Acest simțământ de fond e cel care va regiza, direct sau prin ricoșeuri, toate stările noastre sufletești, de la exuberanțe și avânturi, până la melancolii, căderi de-o clipă sau sumbre disperări”. (Gabriel Liiceanu, *Scrisori către fiul meu*, Editura Humanitas, București, 2008, pp.92-93). Oare cum se simțeau Adam și Eva în „locul *acela*” înainte de cădere? Dacă în starea paradiziacă oamenii au avut o altă structură intelectuală-sufletească (fără afecte) - această alcătuire suferind în urma eșecului existențial al protopărinților, fapt ce s-a transmis până în zilele noastre - trebuie demonstrat în ce fel s-a denaturat acea stare, încât lângă *rațiunea* lor (și a noastră) să apară aceste afecte ce, inițial, nu făcuseră parte din constituția umană. (Apare aici o teză potrivit căreia oamenilor li s-a adăugat *ceva* după cădere, deci, o creație după prima creație, fapt contestat de Biserică; prin urmare, putem vorbi de afecte ireproșabile în starea prelapsariană, afecte ce s-au pervertit doar - cum bine zicea părintele Stăniloae - după cădere, în starea postlapsariană. De aici și teza *minții* (locul gândurilor) despărțite, după cădere, de *inimă* (locul afectelor), prin unirea noastră cu Iisus acestea fiind unite din nou, așa cum ele erau unite înainte de cădere.) Dacă mai ținem cont și de restaurarea omului de către Iisus Hristos, lucrurile se schimbă; dar și aici trebuie precizat în ce fel s-au schimbat.

⁷⁴² *Ibidem*, p.109.

⁷⁴³ Sfântul Isaia Pustnicul, *Filocalia*, vol. I, *op. cit.*, p.394. Chiar dacă Sfântul Isaia Pustnicul se referă la conștiința curată, eliberată de patimi, sinonimia vedere-conștiință este firească, o vedere a lucrurilor în adevărata lor lumină (rațiune, sens) este dovada unei minți luminate de har, și, deci, a unei conștiințe înțelepte și, implicit, a unei vederi pe măsură.

⁷⁴⁴ „Potrivit Sfinților Părinți, *akidia* este rezultatul întreruperii contactului sufletului cu Dumnezeu. În afară de aceasta, constituie și o lucrare demonică, care, spre deosebire de diferitele patimi pe care demonii le stârnesc separat, una câte una, stăpânește întreg sufletul pe care îl paralizază cu adevărat (...)” (Teoclit Dionisiatul, *Tâlcuiri la Filocalie*, vol. II, *op. cit.*, p.132). Despre *akidie*, vezi Bunge Gabriel, *Akedia. Plictiseala și terapia ei după avva Evagrie Ponticul sau sufletul în lupta cu demonul amiezii*, Editura Deisis, Sibiu, 2007. Cf. Sfântul Ioan Scărarul, *Scara Raiului*, *op. cit.*, p.272: „O, fratele meu, de multă teamă ai trebuință în practicarea isihiei, căci nimic nu poate alunga într-asa măsură trândăvia (*akidia*) ca și aceasta”.

⁷⁴⁵ Cf. Sfinții Varsanufie și Ioan, apud Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, *op. cit.*, p.554: „Încălzește-ți inima în frica lui Dumnezeu (de Dumnezeu), trezind-o din somnul spiritual al celor două cumplite patimi: uitarea și negrija”.

curaj a sufletului și moleșelii ⁷⁴⁶ și *învârtoșării inimii* ⁷⁴⁷, adică, în limbajul asceților, nesimțirea sufletească. Tot ea curăță sufletul și de *nălucirile necurate* ⁷⁴⁸.

Păzind toate simțurile corpului nostru, frica de Dumnezeu constituie și o *paznică bună a inimii*, conferind acesteia liniștea și curățenia cuvenită, necesară rugăciunii curate trebuincioasă înaintării spre starea de plinătate și implicita vedere a lui Dumnezeu. Origen spune în acest sens că: „nimic nu păzește inima mai bine decât teama de Dumnezeu” ⁷⁴⁹. Tot despre ea, Sfântul Varsanufie adaugă că cei care o au pot să-și cârmuiască mintea, ținând-o în frica de Dumnezeu „ca să nu pornească în toate laturile și să se scufunde în cea mai adâncă împrăștiere și în tot felul de închipuiri” ⁷⁵⁰.

Dar frica de Dumnezeu este și născătoare a virtuților, *mamă a tuturor virtuților* ⁷⁵¹ (Sfântul Isaia), sau cum ar spune Sfântul Ioan Hrisostom: „nu numai că alungă din inimă patimile, ea și aduce în ea mulțimea virtuților” ⁷⁵². Tot el afirmă că: „nimic nu face să crească și să înflorească virtutea ca simțirea neconținută a fricii de Dumnezeu” ⁷⁵³. Despre ea, Sfântul Isaac Sirul spune că este „începutul virtuților” ⁷⁵⁴. Dar virtuțile sunt strâns legate de păzirea și lucrarea poruncilor, acestea din urmă fiind un îndreptar duhovnicesc prin care ne apropiem de Dumnezeu, ne integrăm într-un mod de viață asemănător cu cel al lui Dumnezeu, un mod de viață virtuos, de conlucrare a omului cu

⁷⁴⁶ *Ibidem*: „Suntem lipsiți de curaj și ne moleșim. De unde vine aceasta? De acolo că trupurile noastre n-au fost străpunse de frica Lui”.

⁷⁴⁷ *Ibidem*.

⁷⁴⁸ *Ibidem*.

⁷⁴⁹ *Ibidem*, p.554.

⁷⁵⁰ *Ibidem*. Astfel că, frica de Dumnezeu este și un element necesar *păstrării neclintite în starea de trezvie*: „Frica de Dumnezeu să tragă în cumpăna inimii mai greu decât toate celelalte simțiri: atunci va fi ușor să păstrezi luarea-aminte la sine, atât în liniștea chiliei, cât și în mijlocul zarvei care te împresoară din toate părțile”. (Sfântul Ignatie Briancianinov, *Cuvinte către cei care vor să se mântuiască. Experiențe ascetice*, vol.II, Editura Sophia & Editura Cartea Ortodoxă, București, 2004, p.5.)

⁷⁵¹ Arhim. Spiridonos Logothetis, *Deprimarea și tămăduirea ei în învățătura Bisericii*, op cit., p. 90.

⁷⁵² Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, op. cit., p. 554.

⁷⁵³ *Ibidem*, p. 555.

⁷⁵⁴ Sfântul Ignatie Briancianinov, *Aripi duhovnicești pentru cei osteniți și împovărați. Experiențe ascetice*, vol.III, op. cit., p.74.

Divinitatea. „A zis Avva Iacov: Precum făclia luminează în loc întunecat ⁷⁵⁵, tot astfel și frica de Dumnezeu, atunci când vine în inima omului, îl *învață toate virtuțile și poruncile lui Dumnezeu*” ⁷⁵⁶. Și Sfântul Ignatie Briancianinov afirmă că împlinirea poruncilor evanghelice este insuflată de frica de Dumnezeu ⁷⁵⁷.

Despre legătura dintre virtuți și porunci, precum și de determinarea acestora de către frică, grăiește limpede Sfântul Petru Damaschin: „Căci din frică ne-am hotărât să păzim poruncile și pentru aceasta am voit să lucrăm virtuțile trupești, adică liniștea, postul, privegherea cu măsură, psalmodia, rugăciunea, citirea și întrebarea celor ce au experiență despre tot gândul, cuvântul și lucrul, ca prin asemenea fapte să ni se curățească trupul de patimile atotrușinoase ⁷⁵⁸, adică de lăcomia pântecelui, de curvie și de avuție de prisos, îndestulându-ne cu cele de față, cum zice Apostolul. De aci ia omul tărie ca să rămână lângă Dumnezeu, prin lipsa de grijă și învață din Scripturi și de la oamenii cercați despre dumnezeieștile dogme și porunci. Și prin aceasta începe să disprețuiască pe cele opt căpetenii ale răutății, și cunoscând amenințările, se teme de Dumnezeu, nu simplu, ci ca de Dumnezeu, după Sfântul Nil. Iar din această temere începe a păzi poruncile într-o cunoștință” ⁷⁵⁹.

Prin urmare, teama de Dumnezeu este, atât un *element esențial vieții virtuose*, cât și *temelia pe care aceasta se sprijină*, căci toate cele proprii urcușului duhovnicesc trebuie să pornească de la frică: „Să

⁷⁵⁵ Cf. Sfântul Ioan Scărarul, *Scara Raiului*, op. cit., p.261: „Precum dacă o rază a soarelui intrând în casă printr-o gaură pe toate le luminează și ne face să vedem chiar și praful cel mai fin cum plutește în aer, tot astfel intrând teama de Domnul în inima noastră o luminează în așa fel, încât îi descoperă toate păcatele”. Înainte și concomitent cu lucrarea virtuților, nevoitorii trebuie să fie conștienți de păcatele lor, ca astfel să se smerească permanent.

⁷⁵⁶ *Everghetinos*, op. cit., p.203. Cf. Sfântul Ioan Scărarul, *Scara Raiului*, op. cit., p.263: „teama naște păzirea poruncilor”.

⁷⁵⁷ Sfântul Ignatie Briancianinov, *Aripi duhovnicești pentru cei osteniți și împovărați. Experiențe ascetice*, vol.III, op. cit., p.70, p.79.

⁷⁵⁸ Este clarificată ideea de *curățitor* a fricii de Dumnezeu și anume că, nu ea în sine curăță sufletul, inima, mintea și trupul de patimi, ci ea doar trezește și alimentează râvna pentru săvârșirea virtuților, adică pentru menținerea relației benefice între om și Dumnezeu. De fapt, ea fiind o formă a harului, se înțelege că prin ea chiar Dumnezeu lucrează și îl ajută pe om în păzirea poruncilor și lucrarea virtuților, nevointe posibile la rândul lor tot cu ajutorul lui Dumnezeu, Dumnezeu Care, Se va manifesta sub diverse forme harice.

⁷⁵⁹ *Filocalia*, vol. V, op. cit., p.194.

filosofăm, zice Grigorie Teologul, începând de la ceea ce e mai bine, pe care a legiuit-o Solomon. Începutul înțelepciunii (...). Frica. Nu trebuie să începem de la contemplații duhovnicești și să sfârșim în frică (fiindcă vederea nesupusă va îmbrânci în prăpăstii), ci îndrumați, curățiți, și, ca să zic, subțiați de frica de Dumnezeu să ne îndreptăm spre cele înalte ⁷⁶⁰. Deoarece unde este frică, acolo e și păzirea poruncilor, acolo e și curățirea trupului de norul care înconjură sufletul și nu-l lasă să vadă limpede razele harului” ⁷⁶¹. „Mai înainte de lucrarea virtuților stă frica de Dumnezeu, și toate virtuțile din ea se nasc, așa că fără ea nu-i este cu putință omului să le dobândească pe acestea”, spune limpede Sfântul Isaac Sirul ⁷⁶².

După cum am văzut de la începutul acestui subcapitol precum și din subsubcapitolul despre frica de Dumnezeu ⁷⁶³, temerea aceasta nedesăvârșită este un *fortifiant al credinței*, credință trebuincioasă dinamicii spirituale a omului. Dar, de la credință, pe calea nădejzii se ajunge la dragoste, astfel că, frica de Dumnezeu este implicit și *izvor al nădejzii și al dragostei*: Aceasta ⁷⁶⁴ face să se nască în noi pe rând: înfrânarea, răbdarea, nădejdea în Dumnezeu și nepătimirea, din care răsare dragostea” ⁷⁶⁵. Iar Sfântul Clement afirmă că: „Frica lui Dumnezeu ⁷⁶⁶, este începutul dragostei. Căci, de vreme ce întâi se face credință, mai pe urmă se face dragoste” ⁷⁶⁷.

⁷⁶⁰ Sfântul Petru Damaschin vede și el în frică, elementul necesar în lucrarea virtuților de la care trebuie să se pornească, această temere fiind baza tuturor virtuților. Astfel că, el identifică prima fericire a Domnului cu îndemnul de a ne teme de El, de a dobândi această temere: „Căci precum, când e vorba de cele șapte daruri ale Duhului, dacă nu începe cineva de la frică, nu poate urca la celelalte, așa și în fericirile Domnului (...). Domnul de asemenea a început să învețe de la frică, pentru că zice: <<Feriți cei săraci cu duhul>>, adică fericit este cineva când e cuprins de frica lui Dumnezeu (frica de Dumnezeu), având o zdrobire negrăită a sufletului. Domnul a pus această poruncă drept temelie, dându-ne să cunoaștem că fără ea chiar de va petrece cineva în cer, nu va folosi nimic, având mândria prin care diavolul și Adam și alți mulți au căzut (...). Cel ce nu o are pe aceasta, nu poate avea nici alt bine”. (*Filocalia*, vol.V, *op. cit.*, p.52, p.197.)

⁷⁶¹ Teoclit Dionisiatul, *Tâlcuiri la Filocalie*, vol. II, *op. cit.*, p. 49.

⁷⁶² Jean-Claude Larchet, *Terapeutică bolilor spirituale*, *op. cit.*, p.555.

⁷⁶³ Pentru o îmbogățire a informațiilor cu privire la roadele fricii de Dumnezeu, cititorul poate vedea și acest subsubcapitol.

⁷⁶⁴ Frica de Dumnezeu.

⁷⁶⁵ Sfântul Maxim Mărturisitorul, *Filocalia*, vol. II, *op. cit.*, p.74.

⁷⁶⁶ Frica de Dumnezeu.

⁷⁶⁷ Arhim. Spiridonos Logothetis, *Deprimarea și tămăduirea ei în învățătura Bisericii*, *op. cit.*, p.90. Cf. Sfântul Ioan Scărarul, *Scara Raiului*, *op. cit.*, p.222: „Cel care se cunoaște pe sine, știe cât trebuie să se teamă de Domnul, iar cel ce călătorește cu

După cum am afirmat în cele anterioare, această temere este un izvor și un tonifiant al urcușului duhovnicesc, al pocăinței, dar poate fi și un rezultat al acesteia, atâta timp cât și pocăința și temerea se prezintă pe parcursul vieții sub diverse forme și intensități ⁷⁶⁸.

Temerea de Dumnezeu este și izvor al smereniei: „Odată cu frica, pe măsura ei, *crește smerenia*” ⁷⁶⁹. (Sfântul Simeon Noul Teolog)

Dar această frică, pe lângă îndemnul spre împlinirea poruncilor și realizarea unei vieți virtuoză, *scoate la iveală*, cu cât omul se îndreaptă mai mult spre împlinirea binelui, *cele mai mici greșeli ale lui*: „Și cu cât se nevoiește cineva spre bine, cu atât crește în el frica, până ce și cele mai mici greșeli ale lui, pe care nu le-a luat în seamă niciodată, aflându-se în întunericul neștiinței, i le arată lui” ⁷⁷⁰.

Printre multe altele, frica de Dumnezeu *ușurează săvârșirea rugăciunii*, intensificând-o atât pe cea *de cerere* ⁷⁷¹, pe cea *de laudă* ⁷⁷²,

acest gând ajunge la poarta iubirii”.

⁷⁶⁸ Lămuritoare în acest sens sunt două citate din doi Sfinți Părinți care, deși par antinomice, evidențiază exact acest caracter dinamic al vieții spirituale și, implicit, al fricii de Dumnezeu: Sfântul Isaac Sirul, apud Sfântul Ignatie Briancianinov, *Aripi duhovnicești pentru cei osteniți și împovărați. Experiențe ascetice*, vol.III, *op. cit.*, p.86: „Prin pocăință e adus creștinul mai întâi în frica de Dumnezeu, apoi în dragostea de Dumnezeu”. Și Sfântul Dorotei, apud Sfântul Petru Damaschin, *Filocalia*, vol. V, *op. cit.*, p.199: „... de frica amenințărilor, să venim noi, cei păcătoși, la pocăință, căutând cum să aflăm dezlegare de păcatele noastre”. Concluzivă în acest sens este afirmația Părintelui Dumitru Stăniloae: „Frica de Dumnezeu, susținută de conștiința unei vieți păcătoase duce pe de o parte la pocăința pentru păcatele trecute, pe de alta, la evitarea, prin înfrânare, a păcatelor viitoare”. (Preot Profesor Dr. Acad. Dumitru Stăniloae, *Ascetica și mistica ortodoxă*, vol.I, *op. cit.*, p.129.)

⁷⁶⁹ Sfântul Ignatie Briancianinov, *Aripi duhovnicești pentru cei osteniți și împovărați. Experiențe ascetice*, vol.III, *op. cit.*, p.83. Cf. Avva Cronie, *Patericul*, *op. cit.*, p.122: „Un frate a întrebat pe avva Cronie: cum vine omul la smerita cugetare? Zis-a lui Bătrânul: prin frica lui Dumnezeu (frica de Dumnezeu)”. Relația smerenie-frică ori frică-smerenie este o reflectare a relației frică-pocăință ori pocăință-frică, căci și prin smerenie se poate ajunge la frică, vezi *Patericul*, *op. cit.*, p.70, Avva Evprepie.

⁷⁷⁰ Sfântul Petru Damaschin, *Filocalia*, vol. V, *op. cit.*, p.199.

⁷⁷¹ Cf. Sfântul Varsanufie, apud Jean-Claude Larchet, *Terapeutică bolilor spirituale*, *op. cit.*, p.556: „E o mare bucurie să ceară cineva un lucru cu frica lui Dumnezeu (frica de Dumnezeu). Acesta va îndrăzni să creadă că cererea lui se va împlini”.

⁷⁷² Ps. 21, 25: „Cei ce vă temeți de Domnul lăudați-L pe El (...)”. Ps. 55, 4: „În Dumnezeu voi lauda toate cuvintele mele toată ziua; în Dumnezeu am nădăjduit, nu mă voi teme: ce-mi va face mie omul?” Ps. 98, 3: „Să se laude numele Tău cel mare, că înfricoșător și sfânt este (...)”. Ps. 110, 10: „Începutul înțelepciunii este frica de Domnul; înțelegere bună este tuturor celor ce o fac pe ea. Lauda Lui rămâne în veacul veacului”.

Ps. 117, 4: „Să zică, dar, toți cei ce se tem de Domnul, că este bun, că în veac este mila Lui”. Ps. 134, 20: „... cei ce va temeți de Domnul, binecuvântați pe Domnul”. Apocalipsa 14, 7: „... Temeți-vă de Dumnezeu și dați Lui slavă, (...)”. Apocalipsa 15, 4: „Cine nu se va teme de Tine, Doamne, și nu va slăvi numele Tău? (...)”. Apocalipsa 19, 5: „... lăudați pe Dumnezeul nostru toate slugile Lui, cei ce vă temeți de El, mici și

cât și pe cea „*neîncetată către Dumnezeu întru durerea inimii*” ⁷⁷³ (Sfântul Grigorie Palama). Dar și Sfântul Teofan Zăvorâtul consideră frica de Dumnezeu ca un element indispensabil rugăciunii minții, ce poate fi și neîncetată: „Frica de Dumnezeu, ca sentiment, atrage atenția și conștiința înspre inimă, iar, ca frică, obligă atenția și conștiința să stea în inimă înaintea lui Dumnezeu. Și iată șederea în minte înaintea lui Dumnezeu și rugăciunea! Atât timp cât în inimă există frica de Dumnezeu, șederea în minte înaintea lui Dumnezeu nu pleacă din inimă. Astfel, iată singurul mijloc atotlucrător pentru rugăciunea minții” ⁷⁷⁴. Tot Sfântul Grigorie Palama consideră această temere ca *pricinuitoare și mijlocitoare a vederii lui Dumnezeu* ⁷⁷⁵. Dar în această nevoință a minții, a inimii, a sufletului, a trupului, cu alte cuvinte în această dinamică a desăvârșirii, cârmuită de Dumnezeu și prin intermediul fricii, omul va ajunge și la o cunoaștere adevărată a lucrurilor, revelându-i-se puțin câte puțin sensurile lor, fiind vorba despre așa-numita înțelegere sau cunoaștere duhovnicească, ce fără frica de Dumnezeu nu poate apărea.

La Sfântul Isaac Sirul găsim o descriere a felului în care frica duce la cunoașterea duhovnicească: „Din credință se naște frica de Dumnezeu. Și când va urma ei prin fapte și se va urca puțin prin lucrare, se ivește cunoștința duhovnicească (...). Credința produce în noi frica, și frica ne silește să ne pocăim și să lucrăm cele bune. Și prin aceasta se dă omului cunoștința duhovnicească, care este simțirea tainelor și naște credința din vederea (contemplația) adevărată. Nu din credința singură și simplă se naște cunoștința duhovnicească, ci credința naște frica, și din frica de Dumnezeu, când ne învrednicim să lucrăm prin ea, adică *din lucrarea fricii de Dumnezeu în noi, se naște cunoștința duhovnicească*. Căci a spus Sfântul Ioan Gură de Aur că atunci când dobândește cineva o voință ce ascultă de frica lui

mari”.

⁷⁷³ Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, op. cit., p.556.

⁷⁷⁴ Sfântul Teofan Zăvorâtul, *Sfaturi înțelepte*, op. cit., p.339. Cf. Evagrie Monahul, *Filocalia*, vol. I, op. cit., p.78: „Nu te ruga împlinind numai formele din afară, ci îndeamnă-ți mintea spre simțirea *rugăciunii duhovnicești* cu multă frică”.

⁷⁷⁵ Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, op. cit., p.549.

Dumnezeu ⁷⁷⁶ și de dreapta cugetare, primește curând descoperirea celor ascunse. Iar prin descoperirea celor ascunse înțelege cunoștința duhovnicească” ⁷⁷⁷. Și tot Sfântul Isaac Sirul adaugă că: „Nu frica de Dumnezeu naște această cunoștință duhovnicească (...), ci cunoștința aceasta se dă ca un dar lucrării din frica lui Dumnezeu ⁷⁷⁸” ⁷⁷⁹. Înțelegând prin aceasta ceea ce am și afirmat în alte rânduri, că nu omul prin sine ajunge la vreo treaptă duhovnicească, ci numai cu ajutorul și prin conlucrarea cu Dumnezeu (conlucrare în care frica are un rol esențial) poate omul să primească, deci, să se bucure de un bun duhovnicesc propriu unei trepte duhovnicești sau alteia. Lucrând în împlinirea voii lui Dumnezeu, omul primește diferite forme ale harului (dacă vrea să le primească), iar acesta lucrează în continuare (până unde este lăsat) la desăvârșirea nevoitorului, bineînțeles cu împreună lucrarea lui.

Dar *împlinirea voii lui Dumnezeu* este un alt rod al fricii de Dumnezeu. ⁷⁸⁰

Această temere de Dumnezeu apare și ca un instrument cu care se măsoară calitatea vieții trăită, fie în comuniune cu Dumnezeu, fie în părtășie mai mică ori mai mare cu lumescul. Astfel că, un om cu discernământ va putea să vadă cât se dăruiește lui Dumnezeu și cât lumii, prin primirea și constatarea „cantitatii” fricii de Dumnezeu pe care o are: „După măsura fricii de Dumnezeu pe care o avem în noi, așa este și grija cu care ne trăim viața” ⁷⁸¹, căci această temere, prin scăderea ori creșterea ei, înștiințează pe om cu privire la starea lui duhovnicească, atât față de Dumnezeu, cât și față de lume.

Într-un cuvânt pe care îl găsim în Filocalie, Sfântul Marcu Ascetul spune așa: „Cel ce sfătuiește sau mustră întru frica lui Dumnezeu pe

⁷⁷⁶ Frica de Dumnezeu.

⁷⁷⁷ Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, op. cit., p.556-557.

⁷⁷⁸ Frica de Dumnezeu.

⁷⁷⁹ *Ibidem*, p.557.

⁷⁸⁰ Cf. Sfântul Teofan Zăvorâtul, *Sfaturi înțelepte*, op. cit., p.462: „...frica plină de evlavie față de Dumnezeu din care provin (...) lăsarea sinelui în voia lui Dumnezeu (...)”. Iar la pagina 463: „Sub frica de Dumnezeu se formează hotărârea de a nu fi niciodată indulgent cu tine, ci dimpotrivă, de a te chinui împotriva dorințelor tale (...)”. Cf. Sfântul Simeon Noul Teolog, *Filocalia*, vol. VI, op. cit., p.86.

⁷⁸¹ Părintele Efrem Athonitul, *Despre credință și mântuire*, op. cit., p.63.

acela care păcătuiește, își câștigă sieși virtutea opusă greșelii. Iar cel ce ține minte răul și osândește cu răutate cade în aceeași patimă, după legea duhovnicească”⁷⁸². Dacă aici ar fi vorba de frica lui Dumnezeu proprie celor desăvârșiți, s-ar înțelege de la sine că cel ce sfătuiește nu poate greși în așa măsură ca cel „ce osândește cu răutate”, el ajungând la o înțelegere foarte subtilă a lucrurilor. Dar dacă este vorba de frica de Dumnezeu lucrurile iau o altă turnură, aceasta temere fiind o garanție duhovnicească de netăgăduit⁷⁸³, că cel ce o are și o întreține e un om întru care Dumnezeu Se poate sălăslui și prin care poate lucra, dând totodată cuvânt de folos celor ce-L caută și Îl doresc.

Dar toate aceste roade ale fricii de Dumnezeu (prin care le putem intui pe cele ale fricii lui Dumnezeu), frică ce este nimic altceva decât o formă a harului, un mod prin care Dumnezeu Se manifestă în noi, nu poate să nu provoace o *stare de bucurie duhovnicească*, pe care nevoitorul o simte și care totodată îl întărește în lupta sa cu patimile spre dobândirea asemănării dumnezeiești. Grăitoare în acest sens sunt cuvintele Scripturilor: „Fericit este sufletul celui care se teme de Domnul” (Înț. Sir. 34, 15) sau: „Fericit bărbatul care se teme de Domnul; întru poruncile Lui va voi foarte (Ps. 111, 1)”⁷⁸⁴.

Dar și Sfinții Părinți sunt de părere că această temere de Dumnezeu este cauza unei bucurii duhovnicești aparte, grăitoare în această accepțiune fiind cuvintele Sfântului Ioan Hrisostom: „Cu adevărat fericit este numai omul care se teme de Domnul”⁷⁸⁵, cel care

⁷⁸² *Filocalia*, vol. I, *op. cit.*, p.267.

⁷⁸³ De aceea, duhovnicii sunt cei mai vizați în a o dobândi.

⁷⁸⁴ Sfântul Petru Damaschin dă acest verset de psalm ca exemplu pentru frica lui Dumnezeu - cf. *Filocalia*, vol. V, *op. cit.*, p.200: „Căci despre frica desăvârșită, zice David: <<Fericit bărbatul care se teme de Domnul, și în poruncile Lui voiește foarte>>, adică iubește foarte virtutea. Acesta se află în treapta fiului, fiindcă nu face aceasta de frica muncilor, ci din dragostea care scoate afară frica, și de aceea voiește foarte (...)”. Pentru această clarificare a lucrurilor trebuie văzute și traduceri în greacă și ebraică a Vechiului Testament, căci una este „voiește foarte” și alta „va voi foarte”, a doua variantă putând duce cu gândul că nevoitorul nu voiește ori nu este în stare să voiască „acum”, dar „va voi”, cândva în viitor, deci, după ce va trece o perioadă de asceză și de luptă duhovnicească. Dar chiar și în cazul lui „voiește foarte” tot nu se poate trage concluzia finală ca omul respectiv se află la starea nepătimirii, a desăvârșirii, a sfințeniei.

⁷⁸⁵ Lucru firesc atâta timp cât tot după cuvântul Sfântului Ioan Hrisostom, această frică este: „cel mai mare tezaur dintre toate bogățiile lumii” (Arhim. Spiridonos Logothetis, *Deprimarea și tămăduirea ei în învățătura Bisericii*, *op. cit.*, p.89), iar după cuvântul Sfântului Isaia, temerea aceasta fiind „mama tuturor virtuților”.

se teme de Dumnezeu (...) cunoaște fericirea adevărată și trainică; adevărata fericire stă în frica de Dumnezeu” ⁷⁸⁶.

Sfântul Diadoh al Foticeii afirmă că această frică e necesară nu doar pentru primirea, ci și pentru păstrarea stării de bucurie dulce și liniște fericită - gustări ale nepătimirii, stare în care cel ce se află simte ființial că nu poate exista ceva mai bun și mai necesar decât supunerea din iubire față de Dumnezeu ⁷⁸⁷. Iar Sfântul Casian Romanul, comentând despre virtutea fecioriei, spunea că: „*sfînțenia și curăția sufletului* se câștigă prin frica de Dumnezeu” ⁷⁸⁸.

Iar cu această enumerare a câtorva roade ale fricii de Dumnezeu sperăm să sensibilizăm atenția tuturor, precum și râvna lor în a-L cunoaște și a-L căuta în continuare pe Dumnezeu, cerând după îndrăznirea fiecăruia acest prețios dar divin prin care Însuși Dumnezeu Se dăruiește celui ce din propria libertate dorește a-L primi cu orice preț și sub orice formă, fie și sub cea a fricii Sale.

(*Ibidem*, p.90)

⁷⁸⁶ Jean-Claude Larchet, *Terapeutica bolilor spirituale*, op. cit., p.557.

⁷⁸⁷ *Filocalia*, vol.I, op. cit., p.348.

⁷⁸⁸ *Ibidem*, p.102.

CONCLUZII

Concluziile unui asemenea demers sunt variate, iar beneficiile conștientizării lor deopotrivă de felurite și salutare. Ce este frica? Întrebare la care anticii au răspuns prin credința că aceasta este o zeitățe ⁷⁸⁹. Frica este o stare comună nouă ce survine în anumite momente ale vieții noastre, atunci când viața ne este în pericol sau pur și simplu ca rezultat al unor transformări lăuntrice, cu anumite cauze, ce dau o senzație de insatisfacție, de forțare a sistemului nostru de securitate, securitate ce este firească naturii umane prin excelență. Ea este o emoție, și ca orice emoție are anumite manifestări fiziologico-psihice specifice, dar care diferă și în funcție de caracterul fiecărei persoane în parte. Dacă pentru o persoană ea îi poate crea avantaje, pentru o altă persoană, ea poate constitui un coșmar pe care nu l-ar dori nici celor mai aprigi dușmani. Astfel că, înțeleasă la timpul potrivit și folosindu-se de metodele adecvate fiecărei situații, fiecare persoană ar putea „profita” de pe seama ei, dezvoltându-și astfel responsabilitatea și lărgindu-și totodată orizonturile personalității, creându-și avantaje ce-l vor ajuta în propășirea existențială, contrar acestora urmând o descurajare și un regres în diverse planuri ale vieții. Fiind parte constitutivă a naturii noastre, frica poate deveni un element de cârmuire a omului, folosit de asemenea în scopuri fie nobile, fie ignobile.

Mărturie a scopurilor nobile este însăși pedagogia divină, în care frica (teamă) este folosită ca un „toiag părintesc”, ce va fi lăsat deoparte atunci când nu va mai fi de trebuință sau când a primit deja o nouă formă, un nou rol, mai subtil și mai intim, într-o pedagogie transfigurată, ajunsă la o stare de relație personală la nivel înalt, întru care frica poate apărea ca o „rușine” de a greși, de a nu iubi, de a refuza, de a crede și de a face ceva într-un mod greșit. Căci „după ce L-

⁷⁸⁹ Jean Delumeau, *Frica în Occident. Secolele XIV-XVIII. O cetate asediată*, vol.I, op. cit., p.22.

ai cunoscut pe Hristos îți vine greu să păcătuiești, ți-e teribil de rușine”

790.

Dar frica poate fi utilizată și în scopuri ignobile, putând fi răspândită prin diverse moduri, ajutându-se și bazându-se pe manifestările ei, în rezultatele așteptate. Fiind o emoție (afect), ea poate fi astfel întrebuințată fie în acțiuni cu efecte negative asupra celor ce o nutresc, fie în unele acțiuni cu rezultate binefăcătoare celor încercați de către acest afect timeric, hamurile fricii fiind, atât de partea noastră, cât și a celor ce vor să ne modifice direcția de mers.

Dacă vom avea o privire creștină asupra acestui fapt, vom ști că Dumnezeu nu dă omului mai mult decât poate duce, și astfel puterea de control asupra fricii va fi în mâna celui ce o trăiește, atât cât îi este necesară. Căci „spaima și neliniștile vin din necredință” ⁷⁹¹, dar cel ce crede în Dumnezeu și în implicita purtare de grijă a Sa, nu se va teme de necazurile ce se abat asupra lui. Aceasta, pentru că, cu cât omul se apropie mai mult de Dumnezeu, cu cât se împărtășește mai mult cu El, iar Acesta lucrează în el, cu atât el este mai liber, depășind limitele așazise naturale ale creatului în complexitatea lui. Judecând după afirmația lui Iisus Hristos: „adevărul vă va face liberi” (Ioan 8, 32), El fiind Adevărul (Ioan 14, 6), înțelegem că cel ce se nevoiește și acceptă să faca voia lui Dumnezeu, va fi liber și își va putea depăși condiția limitată a naturii sale, dar doar prin conlucrarea cu harul divin, conlucrare posibilă prin libera voință a omului. Amintindu-ne totodată de afirmația lui Kierkegaard: „contrariul păcatului este libertatea” ⁷⁹², înțelegem că prin voia sa, omul acceptă adevărul stărilor de fapt, și săvârșește toate după cele încredințate lui de către Dumnezeu, călcându-și dorințele nefirești și amplificându-le pe cele firești, menținându-se astfel într-o stare virtuoaasă, depășindu-și și temerile ce-l trag spre cele pământești (dar pervertite), spre cele ce-l robesc și nu-i îngăduie să se dezvolte în mod normal, în modul pe care fiecare dintre noi ar trebui să ni-l însușim, modul divino-uman.

⁷⁹⁰ Nicolae Steinhardt, *Jurnalul fericirii*, Editura Mănăstirii Rohia, Rohia, 2005, p.27.

⁷⁹¹ Sfântul Ioan de Kronstadt, *Viața mea în Hristos*, Editura Sophia, București, 2005, p.18.

⁷⁹² Nicolae Steinhardt, *Jurnalul fericirii*, op. cit., p.199.

Noi știm că prin asumarea în Ipostasul Său divino-uman, a naturii omenesti, Hristos a dat posibilitatea fiecăruia dintre noi să depășească condiția decăzută în care eram și la care, fără El, tindem să ajungem. Transgresând frica în Ipostasul Său, Hristos Domnul a transgresat-o obiectiv pentru toți oamenii, până la ultimul care se va naște, iar noi, urmând și însușind viața Sa, modul Său de a fi, vom putea la rândul nostru să depășim orice temere ce ne atrage spre cele pieritoare, spre cele limitate, orice temere ce ne desparte de Dumnezeu. „Căci Dumnezeu nu ne-a dat duhul temerii, ci al puterii și al dragostei și al înțelepciunii” ⁷⁹³, chiar El zicându-ne să nu ne temem ⁷⁹⁴, rezultând astfel, că frica nu poate fi proprie unui spirit liber ⁷⁹⁵. Iar Dumnezeu ne cheamă la libertate, la adevărata libertate ⁷⁹⁶ ce nu poate fi înțeleasă și însușită decât printr-o participare la viața Lui, la voia Lui pentru noi și pentru creație, El fiind Însăși Libertatea, Principiul eliberator al celor robiți. Căci suntem robiți de orice lucru ori ființă pe care le acceptăm să ne determine în sens negativ, cu toate că la un moment dat ajungem la conștiința că acest lucru ne vatămă, ne îngrădește. Și ne îngrădește și prin sentimentul de incertitudine pe care îl emană, de vreme ce nu știm cum se vor desfășura următoarele clipe ale oricărui moment prezent, atâta timp cât nu avem siguranța viitorului, siguranță pe care doar cei ce-I slujesc „în adevăr” lui Dumnezeu, o au.

Dar fiind despărțit de Dumnezeu și căutându-și resursele vieții în cele trecătoare, omul se înstrăinează nu numai de Dumnezeu, ci și de el însuși, și implicit de ceilalți oameni, deoarece fără de Dumnezeu - Principiul unificator - nu putem vorbi de o societate normală, de o conviețuire firească a oamenilor în cadrul relațiilor de întraajutorare izvorâte din iubirea ce-i leagă unii pe alții între ei, dar și cu Dumnezeu. Și astfel, omul se izolează treptat de el însuși, de ceilalți oameni, de Dumnezeu, trăind într-o lume fără rost ducând o viață lipsită de un plan pe care trebuie să îl îndeplinească, fiind motivat în mare parte de

⁷⁹³ 2 Timotei 1, 7.

⁷⁹⁴ Matei 10, 31; Luca 12, 7.

⁷⁹⁵ Nicolae Steinhardt, *Jurnalul fericirii*, op. cit., p.389.

⁷⁹⁶ Libertate, adică eliberat de patimi, căci: „Dumnezeu a creat sufletul liber și de sine stăpânitor în cele ce le face, bine sau rău”. (Antonie cel Mare, *Filocalia*, vol.I, op. cit., p.7)

instinctele și sentimentele sale robite de vraja desacralizatei lumi. Trăind astfel într-o singurătate existențială, o izolare perpetuă, fiind prada spaimelor de tot felul, izvorâte din lipsa unui calm lăuntric, omul se teme, și cu cât se teme mai mult constatându-și neputința în a-și depăși temerile, cu atât se înrobește mai mult, alipindu-se de cele pământești, fiind lipsit de lumina eliberatoare.

Cei care au trecut prin închisorile comuniste pot da mărturie personală asupra acestui fapt, cum că, pe lângă alți factori proprii încarcerării comuniste, *izolarea și surpriza* ⁷⁹⁷ au constituit pilonii pe care s-a clădit așa-numita „reeducare” a celor închiși, de fapt un întreg sistem de dezumanizare și de reorganizare a elementelor trupești și sufletești avariate, după un plan prestabilit aservit regimului, sistem a cărui cheie de boltă era *frica*. Și astfel frica era blestemul lor, de fapt, ea fiind blestemul nostru al tuturor, după cum scrie Dostoievski: „Frica e blestemul omului” ⁷⁹⁸, ea putând fi un amplificator, dar și un element de atrofiere a energiilor umane. Folosită în sens contrar celei pentru care a fost creată (alipirea de Dumnezeu), frica își rănește stăpânul, care se transformă într-un sclav al ei, adormit cu duhul față de cele veșnice, dar în expectativă zbuciumată față de cele trecătoare, „energizat” de *frica lumească*. Dar de o va folosi în modul ei normal de dezvoltare, în concordanță cu țelul pentru care a fost creată, ea va fi un element de legătură cu Dumnezeu, un element de pază a libertății, conducând pe nevoitor la conștientizarea stării sale firești la care trebuie să ajungă, dar totodată și la conștientizarea stării actuale în care se află, ajutându-l să înțeleagă responsabilitatea și misiunea sa, îngăduindu-i și o îndrăzneală „cu măsură” în cele sfinte, în cele plăcute lui Dumnezeu. De aceea, temerea aceasta poartă numele de *frica de Dumnezeu*, care pe parcurs se rafinează în contact cu iubirea divină, iubire de care nu se va mai dezlipi vreodată, temerea rezultată din această combinație, *frica lui Dumnezeu*, fiind de fapt un atribut al ei, un atribut al iubirii.

⁷⁹⁷ Ioan Ianolide, *Întoarcere la Hristos - document pentru o lume nouă*, Editura Christiana, București, 2006, p.85, 126.

⁷⁹⁸ F.M. Dostoievski, *Demonii*, apud Nicolae Steinhardt, *Jurnalul fericirii, op. cit.*, p.337. Blestem pe care Hristos și l-a asumat, pe lângă atâtea alte blesteme asumate.

Așadar, frica nu este fixă, ci schimbătoare, și nu constituie un scop în sine, ci un element propriu stării psiho-somatice în care se află persoanele în cauză, după calitatea și intensitatea fricii putând să avem o viziune destul de apropiată de adevăr asupra persoanelor cu pricina. Fie că vorbim de frica lumească sau de frica de Dumnezeu, important este să nu ne oprim speriați de pericolul înfățișat de aceste temeri, căci acesta este un semnal al neputinței noastre, al slăbiciunii noastre, purtând cu el și o cerință, un impuls de a depăși situația stânjenitoare ce ne vizează personal. Dacă acceptăm situația ca atare și nu „ne umflăm în pene”, încercând să o depășim folosindu-ne de mijloacele de care dispunem, vom prospera câștigând o nouă experiență benefică dezvoltării personale. Dacă ne „speriem” și evităm confruntarea cu ea (cu frica), vom suferi o înfrângere ce ne inhibă propășirea în sfera vizată a primi efectele benefice ale depășirii fricii.

Fiecare etapă a vieții noastre este însoțită de temeri, căci ne pune față în față cu ceva nou, cu un nivel la care nu am ajuns încă și spre care trebuie să aspirăm, și așa mai departe. De aceea, frica este alături de noi în căutările și aspirațiile noastre, constituind o avertizare în lupta noastră cu necunoscutul, dar și un adversar pe măsura noastră, pe care trebuie să îl înțelegem, să îl stăpânim și să-l înfrângem. El este adversarul pe măsura noastră. Și este un adversar firesc în conformitate cu structura noastră somatospirituală, fiind un afect sădit în noi de Ziditorul nostru, afect pe care îl putem folosi după bunul plac, fie în urcușul nostru spre nepătimire și primirea vieții veșnice, fie îl putem lăsa „să își facă de cap”, subjugându-ne și limitându-ne potențialul personal. Ca și orice element constitutiv structurii noastre psiho-somatico-sufletești, frica este determinată într-o oarecare măsură de factorii ereditari și sociali (mediul), dar cu toate acestea ea poate fi stăpânită și transfigurată într-un element benefic, dacă înțelegem modurile de manifestare ale acestui afect și ținem cont de metodele și mijloacele pe care le avem la îndemână în a-l depăși, încrezători fiind în Providența divină.

Oricâte mijloace psihologice ar avea la îndemână omul pentru a depăși frica, acesta nu ar reuși (numai de la sine putere) să o redirecționeze și să o integreze într-o viață duhovnicească ancorată în Dumnezeu, fără harul divin întru care trebuie să se manifeste orice om ce conștientizează „chemarea creștinismului”. Chiar de va fi un „bun cunoscător al sufletelor”, omul nu va putea să își stăpânească și să își transgreseze temerile într-un mod mântuitor (și nu doar pur lumesc), fără recunoașterea și credința într-un Dumnezeu Personal și în darurile și mijloacele pe care Acesta i le pune la îndemână cu scopul propășirii sale în *viața cea nouă*. Atâta timp cât va fi conștientizat acest raport om-Dumnezeu, cât și rostul lui benefic întregii umanități și creații, omul se va putea bucura de manifestările Divinului în viața lui, una din formele acestei manifestări putând fi și frica de Dumnezeu, frică pe care Dumnezeu o folosește ca element de legătură, de comunicare cu omul, iar acesta, la rândul lui, ca mijloc de comunicare și de întreținere a relației cu Dumnezeu, această frică fiind considerată un *dar divin*. Iar acest dar trebuie păstrat cu grijă și cerut de la Dumnezeu, el constituind un fortifiant al vieții spirituale a omului, fără de care nu este posibilă o ascensiune morală și implicita întărire a vieții duhovnicești.

Să ne rugăm, așadar, ca să o primim.

BIBLIOGRAFIE

I. TEXTE BIBLICE

1. *Biblia sau Sfânta Scriptură*, Editura Institutului Biblic și de Misiune al Bisericii Ortodoxe Române, București, 2002.
2. *Biblia adică Dumnezeiasca Scriptură a Legii Vechi și a Celei Nouă*, Tipografia Cărilor Bisericești, București, 1914, Ediție anastatică după original.
3. *Septuaginta*, vol.4/I, Editura Polirom & Colegiul Noua Europă, Iași, București, 2006.
4. *Septuaginta*, vol.5, Editura Polirom & Colegiul Noua Europă, Iași, București, 2009.
5. *Noul Testament*, București, 1857, reeditat cu binecuvântarea Prea Sfințitului Galaction Episcop de Alexandria, Editura Biserica Ortodoxă Alexandria, 2003.
6. *Noul Testament*, Editura Institutului Biblic și de Misiune al Bisericii Ortodoxe Române, București, 1995.
7. *The Greek New Testament*, Fourth Revised Edition, edited by Barbara Aland, Kurt Aland, Johannes Karavidopoulos, Carlo M. Martini and Bruce M. Metzger, in cooperation with The Institute for New Testament Textual Research, Münster/Westphalia, Deutsche Bibelgesellschaft, United Bible Societies, Stuttgart, 1994.

II. LUCRĂRI GENERALE

1. Adler, Alfred, *Cunoașterea omului*, Editura IRI, București, 1996.
2. Antonie de Suroj, *Școala rugăciunii*, Editura Sophia & Editura Cartea Ortodoxă, București, 2006.

3. Blaga, Lucian, *Zări și etape*, Editura Minerva, București, 1990.
4. Barclay, William, *Analiză semantică a unor termeni din Noul Testament*, Societatea Misionară Română, Wheaton, Illinois U.S.A., 1992.
5. Boca, Arsenie, *Mare îndrumător de suflete din secolul XX. O sinteză a gândirii Părintelui Arsenie în 800 de capete*, Editura Teognost, Cluj-Napoca, 2002.
6. Briancianinov, Ignatie, *Aripi duhovnicești pentru cei osteniți și împovărați. Experiențe ascetice*, vol. III, Editura Sophia & Editura Cartea Ortodoxă, București, 2004.
7. Idem, *Cuvânt despre moarte*, Editura Sophia, București, 2007.
8. Idem, *Cuvinte către cei care vor să se mântuiască, Experiențe ascetice*, vol.II, Editura Sophia & Editura Cartea Ortodoxă, București, 2004.
9. Camus, Albert, *Mitul lui Sisif*, Editura pentru Literatură Universală, București, 1969.
10. Carrez, Maurice & Morel, François, *Dicționar grec-român al Noului Testament*, Societatea Biblică interconfesională din România, București, 1999.
11. Cioran, Emil, *Ispita de a exista*, Editura Humanitas, București, 1992.
12. Idem, *Demiurgul cel rău*, Editura Humanitas, București, 1995.
13. Idem, *Amurgul gândurilor*, Editura Humanitas, București, 1994.
14. Idem, *Mărturisiri și anateme*, Editura Humanitas, București, 1994.
15. Cosnier, Jacques, *Introducere în psihologia emoțiilor și a sentimentelor*, Editura Polirom, Iași, 2002.
16. Delumeau, Jean, *Frica în Occident. Secolele XIV-XVIII. O cetate asediată*, vol. I, Editura Meridiane, București, 1986.

17. Idem, *Păcatul și frica: Culpabilitatea în Occident, secolele XIII-XVIII*, vol. II, Editura Polirom, Iași, 1998.
18. Descartes, René, *Pasiunile sufletului*, Editura Științifică și Enciclopedică, București, 1984.
19. Deseille, Placide, *Ce este Ortodoxia? Cateheze pentru adulți*, Editura Reîntregirea, Alba Iulia, 2004.
20. *Dicționarul Explicativ al Limbii Române*, Editura Univers Enciclopedic, București, 1998.
21. *Dicționar de filosofie*, Editura Politică, București, 1978.
22. Dostoievski, F.M., *Crimă și pedeapsă*, vol.II, Editura pentru Literatură, București, 1962.
23. Efrem Athonitul, *Despre credință și mântuire*, Editura Egumenița, Galați.
24. Emilianos Simonopetritul, *Tâlcuiri la Filocalie. Avva Isaia. Cuvinte ascetice*, vol. I, Editura Sfântul Nectarie, Arad, 2006.
25. Ene, Sorin și Ionescu, Daniel, *Cum să ne învingem teama*, Editura Polirom, Iași, 2005.
26. *Everghetinos*, vol. I, Editura Sfintei Mari Mănăstiri Vatoped, Muntele Athos, Grecia, 2007.
27. Faros, Filothei, *Manual de iubire. Firea dragostei*, Editura Egumenița, Galați.
28. *Filocalia*, vol. I, Editura Institutului de Arte Grafice „Dacia Traiana”, Sibiu, 1947.
29. *Filocalia*, vol. II, Editura Harisma, București, 1993.
30. *Filocalia*, vol. III, Editura Humanitas, București, 1999.
31. *Filocalia*, vol. IV, Editura Harisma, București, 1994.
32. *Filocalia*, vol. V, Editura și Tipografia Institutului Biblic și de Misiune Ortodoxă, București, 1976.
33. *Filocalia*, vol. VI, Editura Institutului Biblic și de Misiune Ortodoxă, București, 1977.
34. *Filocalia*, vol. X, Editura Humanitas, București, 2008.
35. Gilson, Etienne, *Filosofia în Evul Mediu*, Editura Humanitas, București, 1995.

36. Goethe, Johann Wolfgang von, *Maxime și reflecții*, Editura Univers, București, 1972.
37. Grigorie de Nyssa, *Scrieri*, partea I, PSB, vol.29, Editura Institutului Biblic și de Misiune al Bisericii Ortodoxe Române, București, 1982.
38. Hausherr, Irénée, *Teologia lacrimilor. Plânsul și străpungerea inimii la Părinții răsăriteni*, Editura Deisis, Sibiu, 2000.
39. Hugo, Victor, *Cugetări*, Editura Albatros, București, 1982.
40. Ianolide, Ioan, *Întoarcere la Hristos. Document pentru o lume nouă*, Editura Christiana, București, 2006.
41. Iaroslav, Ioan, *Cum să ne mântuim*, vol. II, Editura credința strămoșească, Iași.
42. Ioan Casian, *Convorbiri duhovnicești*, Editura Institutului Biblic și de Misiune al Bisericii Ortodoxe Române, București, 2004.
43. Ioan Damaschin, *Dogmatica*, Editura Institutului Biblic și de Misiune al Bisericii Ortodoxe Române, București, 2005.
44. Ioan de Kronstadt, *Viața mea în Hristos*, Editura Sophia, București, 2005.
45. Ioan Lindul Arhiepiscopul Mirelor, *Comoara pocăinței. Smerita interpretare a troparelor Marelui Canon al Sfântului Andrei Criteanul*, Editura Egumenița & Editura Cartea Ortodoxă, Galați, 2005.
46. Ioan Scărarul, *Scara raiului*, Editura Învierea, Arhiepiscopia Timișoarei, 2004.
47. Ioja, Cristinel, *Homo Adorans. Între Iisus Hristos și politeismul lumii contemporane*, Editura Universității "Aurel Vlaicu", Arad, 2008.
48. Iorga, Nicolae, *Cugetări*, Editura Albatros, Iași, 1972.
49. Isaac Sirul, *Cuvinte către singuratici. Partea a doua, recent descoperită*, Editura Deisis, Sibiu, 2007.
50. Idem, *Cuvinte către singuratici, partea a treia, recent regăsită*, Editura Deisis, Sibiu, 2007.
51. Larchet, Jean-Claude, *Terapeutica bolilor spirituale*, Editura Sophia, București, 2001.

52. Le Gall, Andre, *Anxietate și angoasă*, Editura Marineasa, Timișoara, 1995.
53. Leonhard, Karl, *Personalități accentuate în viață și literatură*, Editura Enciclopedică Română, București, 1972.
54. Liiceanu, Gabriel, *Despre limită*, Editura Humanitas, București, 1994.
55. Idem, *Scrisori către fiul meu*, Editura Humanitas, București, 2008.
56. Logothetis, Spiridonos, *Deprimarea și tămăduirea ei în învățătura Bisericii*, Editura Sophia, București, 2001.
57. Mada, Teofan, *Despățimirea. De la etică la ființialitate*, Editura Agnos, Sibiu, 2007.
58. Makarios Simonopetritul, *Triodul explicat. Mistagogia timpului liturgic*. Editura Deisis, Sibiu, 2008.
59. Maxime, *Sentințe și Aforisme din Egiptul Antic*, Editura Albatros, București, 1975.
60. Maxime și cugetări din folclorul și literatura americană, Editura Albatros, Iași, 1974.
61. Mircea, Ioan, *Dicționar al Noului Testament*, Editura Institutului Biblic și de Misiune al Bisericii Ortodoxe Române, București, 1995.
62. Molcuț, Zina, *Simbolismul european*, vol.I, Editura Albatros, București, 1983.
63. Nicodim Aghioritul, *Războiul nevăzut*, Editura Egumenița, Galați.
64. Noica, Constantin, *Jurnal filosofic*, Editura Humanitas, București, 1990.
65. Noica, Rafail, *Cultura Duhului*, Editura Reîntregirea, Alba Iulia, 2002.
66. Paler, Octavian, *Caminante*, Editura Albatros, București, 2003.
67. *Patericul*, tipărit de Episcopia Ortodoxă Română a Alba Iuliei, 1993.

68. Pessoa, Fernando, *Ode și alte poeme*, Editura Paralela 45, Pitești, 2004.
69. Popovici, Iustin, *Omul și Dumnezeu-Om*, Editura Deisis, Sibiu, 1997.
70. *Proverbe și cugetări latine*, Editura Albatros, București, 1976.
71. Riemann, Fritz, *Formele fundamentale ale angoasei*, Editura Trei, București, 2005.
72. Rochefoucauld, *Maxime și reflecții*, Editura Minerva, București, 1972.
73. Saharov, Sofronie, *Cuvântări duhovnicești*, vol. I, Editura Reîntregirea, Alba Iulia, 2004.
74. Idem, *Nașterea întru Împărăția cea neclătită*, Editura Reîntregirea, Alba Iulia, 2003.
75. Idem, *Nevoința cunoașterii lui Dumnezeu*, Editura Reîntregirea, Alba Iulia, 2006.
76. Idem, *Viața și învățătura starețului Siluan Athonitul*, Editura Deisis, Sibiu, 2004.
77. Idem, *Vom vedea pe Dumnezeu precum este*, Editura Sophia, București & Editura Reîntregirea, Alba Iulia, 2006.
78. Shakespeare, *Aforisme și cugetări*, Editura Albatros, București, 1975.
79. Siluan Athonitul, *Între iadul deznădejdii și iadul smereniei*, Editura Deisis, Sibiu, 2001.
80. *Spicuri din înțelepciunea spaniolă*, Editura Albatros, București, 1976.
81. Spinoza, Benedict, *Etica demonstrată după metoda geometrică și împărțită în cinci părți*, Editura Antet, București.
82. Stăniloae, Dumitru, *Iisus Hristos sau Restaurarea Omului*, Editura Omniscop, Craiova, 1993.
83. Idem, *Ascetica și Mistica Ortodoxă*, vol. I, Editura Deisis, Mănăstirea Sfântul Ioan Botezătorul, Alba Iulia, 1993.
84. Steinhardt, Nicolae, *Jurnalul fericirii*, Editura Mănăstirii Rohia, Rohia, 2005.

85. Teoclit Dionisiatul, *Tâlcuiri la Filocalie. Sfântul Diadoh al Foticeii. Capete despre cunoștință*, vol. II, Editura Sfântul Nectarie, Arad, 2008.
86. Teofan Zăvorâțul, *Sfaturi înțelepte*, Editura Cartea Ortodoxă & Editura Egumenița, Galați.
87. Idem, *Răspunsuri la întrebări ale intelectualilor*, vol. I, Editura Sophia & Editura Cartea Ortodoxă, București, 2007.
88. *The Advanced Learner's Dictionary of Current English*, Oxford University Press, London, 1967.
89. Țuțea, Petre, *Omul. Tratat de antropologie creștină. 1 Problemele sau cartea întrebărilor*, Editura Timpul, Iași, 1992.
90. Velimirovici, Nicolae, Episcopul Ohridei și Jicei, *Prin fereastra temniței*, Editura Predania, București, 2007.
91. Vlachos, Hierotheos, *Predici la marile sărbători*, Editura Egumenița, Galați, 2004.
92. Idem, *Persoana în tradiția ortodoxă*, Editura Bunavestire, Bacău, 2002.
93. Idem, *Psihoterapia ortodoxă. Știința Sfinților Părinți*, Editura Învierea, Arhiepiscopia Timișoarei, 1998.
94. Vlăduțescu, Gheorghe, *O enciclopedie a filosofiei grecești*, Editura Paideia, București, 2001.
95. Yannaras, Christos, *Libertatea moralei*, Editura Anastasia, București, 2004.
96. Idem, *Abecedar al credinței*, Editura Bizantină, București, 2007.

ANEXE